

Rote Schätze aus dem Garten

Eleonore Gliewe zeigt, wie man Hagebuttenmark kocht / Die Wölsickendorferin bietet Wildkräuter-Catering an und hält Vorträge

VON INGA DREYER

Wölsickendorf (MOZ) **Von Käse, Senf und Bier bis hin zu Fisch und Wild: Im Oderbruch werden viele kulinarische Genüsse in Handarbeit hergestellt und zubereitet. Die MOZ schaut in einer Serie hinter die Kulissen, schnuppert in Küchen, stöbert in Familienrezepten und blickt Köchen über die Schulter.**

Auf Eleonore Gliewes Esstisch steht eine Schüssel, aus der ein üppiges grünes Büschel grüner Blätter leuchtet. Vogelmiere, eine Pflanze, die viele Leute aus ihrem Garten kennen. Und gerne ausrupfen, weil sie es für Unkraut halten. Ein großer Fehler, wie Eleonore Gliewe erklärt. Die Pflanze enthalte viel Vitamin C, Zink und andere Spurenelemente – wirke also immunstärkend. Außerdem habe die Pflanze die tolle Eigenschaft, sechsmal im Jahr wiederzukommen. Selbst im Winter unter dem Schnee könne man sie noch ernten. Sie verwendet Vogelmiere ausschließlich roh: als Salat, gehackt in der Suppen oder als Pesto.

Die Wölsickendorferin bietet vegetarisches Catering an, hält Vorträge über Wildkräuter, gibt Workshops und Yoga-Kurse. Ihr ist wichtig, anderen Menschen

zu zeigen, was alles in Wildkräutern steckt. „Das grüne wilde Wunder“, nennt sie sie. Es gebe so viele Pflanzen, die früher selbstverständlich genutzt wurden und nun in Vergessenheit geraten sind. Dazu gehöre auch die Vogelmiere, erklärt Eleonore Gliewe.

Für das Pesto nimmt sie eine Schüssel voll mit Vogelmierensblättern und -stielen, Sonnenblumenkerne, Sonnenblumenöl, drei Zehen Knoblauch und Salz. Das alles wird mit einem Pürierstab zu einer sämigen Masse verarbeitet. Dann kommt noch etwas Olivenöl hinzu. Ihrer Erfahrung nach werde dieses beim Pürieren bitter, deswegen gibt sie es lieber später hinzu. Wenn man das in Gläschen gefüllte Pesto immer mit einer Schicht Öl bedeckt, halte es sich sehr lange, gibt die Wölsickendorferin als Tipp mit auf den Weg.

Jetzt sei die Vogelmiere gerade sehr üppig, erklärt sie. Während die Pflanze mehrmals im Jahr nachwächst, gibt es Hagebutten nur zu dieser Jahreszeit. Im Moment leuchten sie rot und prall an den Sträuchern. Normalerweise werden sie erst nach dem

ersten Frost richtig weich, aber wie alles andere sind auch die Hagebutten in diesem Jahr früh dran. Mit ihnen verbindet Eleonore Gliewe prägende Kindheits-erinnerungen. „Für mich waren das immer Schätze – so wie Perlen oder Seide“, erzählt sie lächelnd.

Eleonore Gliewe stammt aus Berlin, aber ist im ländlichen Köpenick aufgewachsen, wo sie viel Zeit im Garten und in Parks verbracht hat. „Mich hat das Wilde schon als Kind angezogen.“ Ihre roten Schätze verarbeitet sie gerne zu Hagebuttenmark. Dafür nimmt sie eine Schüssel Hagebutten, bedeckt sie in einem Topf mit Wasser und lässt sie köcheln. Dann wird das Ganze püriert und durch ein Sieb gestrichen. Danach rührt Eleonore Gliewe Bourbonvanille und etwas Zucker und Apfelpektin hinein, lässt die Mischung einmal aufkochen, bevor der restliche Zucker hineinkommt.

Das Hagebuttenmark wird heiß in Gläser gefüllt und fest verschlossen. Einen Teil aber stellt die Wölsickendorferin beiseite, um ihn gleich zu probieren – zusammen mit frisch gebackenem Brot.

Auch darin hat sie eine besondere Zutat verarbeitet, die sich an jedem Wegesrand findet: Brennnesselsamen. „Die Brennnessel ist eine meiner besten Freundinnen – von der Wurzel bis zum Samen“, sagt die Wildkräuter-Expertin. Die Samen seien die Kraftpakete der Pflanzen – voll mit Eiweiß, Vitaminen und Spurenelementen.

Als Anekdote erzählt sie, dass Pferde früher vor dem Verkauf mit Brennnesselsamen gefüttert wurden, damit sie ein glänzendes Fell bekommen. „Die Samen sind gut für Haare und Haut“, erzählt Eleonore Gliewe, die früher in Berlin als Buchhalterin gearbeitet hat, ehe es sie im Jahr 1996 ganz aufs Land zog, wo sie sich mit ihrem Catering-Service selbstständig gemacht hat.

Die Brennnesselsamen könne man einfach – wie Sonnenblumenkerne oder Sesam – in den Brotteig geben oder auch anrösten und über den Salat oder ein Butterbrot streuen. Auch das Vogelmierenspesto kann man mit Brot essen statt mit Nudeln.

Mit dem Hagebuttenmark habe sie sogar ihren Enkel überzeugen können, berichtet Eleonore Gliewe. Früher habe der Kleine ausschließlich Erdbeermarmelade gewollt. Jetzt schmeckt ihm Hagebutte sogar noch besser.



Vorfreude: Eleonore Gliewe rührt Zucker und Apfelpektin in den warmen Hagebuttenbrei. Die getrockneten Kerne und Schalen verwendet sie, um daraus Tee zu kochen.

Fotos (4): MOZ/Inga Dreyer



Leuchten wie Edelsteine: Die Hagebutten entstehen aus den Blüten der wilden Heckenrose und wachsen bei Eleonore Gliewe im Garten.



Menü: Brot mit Brennnesselsamen, Hagebuttenmark, frische Vogelmiere und das Pesto, das man daraus machen kann.

Hagebuttenmark

Zutaten:

Ein Kilo Hagebutten
500 g Rohrzucker
15 Gramm Apfelpektin
Bourbonvanille und Zitronensaft je nach Geschmack

- Eleonore Gliewe nimmt eine Schüssel mit Hagebutten, wäscht sie und bedeckt sie in einem Topf mit Wasser.
- Das Ganze wird geköchelt und dann püriert.
- Die Hagebuttenuppe wird dann durch ein Sieb gerührt.
- Tipp: Die Kerne muss man nicht wegschmeißen, sondern kann sie auf einem Backblech trocknen und als Tee verwenden.
- In den passierten Brei kann man nach Geschmack Vanille geben, dann werden 100 Gramm Rohrzucker eingeehrt, dann das Apfelpektin.
- Alles wird einmal aufgekocht, dann kommt der restliche Zucker dazu.
- Je nach Belieben kann das Hagebuttenmark mit Zitrone abgeschmeckt werden.
- Heiß in abgekochte Gläser füllen, Deckel zuschrauben.
- Oder: warm genießen



Zutaten für das Pesto: Vogelmiere mit Sonnenblumenkernen

