

„Zieh den Hut vorm Holunder ...“

Von Renate Prettner

Die positiven Eigenschaften vom Holunder genussvoll nutzen können – diese Vision wurde von innovativen Landwirten in die Tat umgesetzt. Renate Christandl kreierte verschiedenste Produkte.

Kräuterpfarrer Weidinger ist einer von vielen, der diesen Spruch gepflegt und Holunder als „Arzneischrank“ gerühmt hat. Nach althergebrachter Überlieferung soll man „vor einem Holunderstrauch den Hut abnehmen“. Diese Phrase charakterisiert bereits den hohen Wert dieser Pflanze. Dass es nicht nur eine überlieferte Redensart ist, sondern auch ihre Berechtigung hat, belegen zahlreiche Studien zu diesen Beeren. Im Holunder sind bis zu viertausend verschiedene Verbindungen von Biopolyphenolen enthalten. Diese Vielzahl ist verantwortlich für die positive Wirkung der daraus hergestellten Produkte.

Holunderernte

Derzeit ist in vielen Teilen der Steiermark die Holunderernte voll im Gange. Der Betrieb Christandl aus Unterweißenbach war einer der ersten im Bezirk Feldbach, der vor dreißig Jahren Holunderbäume pflanzte. Mittlerweile umfasst die Holunderfläche vier Hektar, welche die Grundlage für viele Holunderspezialitäten ist. Mit einmaligem Ausblick und eingebettet in Holunderanlagen, liegt der Betrieb auf einem Vulkankegel. Die vulkanische Bodenbeschaffenheit

Hollerröster

(erprobtes Rezept
von Renate Christandl)

Zutaten:

30 dag Holunder
1 Birne
3 Zwetschken
10 dag Zucker
Zimt
2 EL Vanillepudding

Zubereitung: Holunderbeeren von den Stielen zupfen, Birne und Zwetschken würfelig schneiden und gemeinsam mit dem Zucker ca. 10 Minuten kochen. Zimt nach Belieben untermengen. Vanillepuddingpulver mit kaltem Wasser oder Milch anrühren und den Hollerröster damit binden. Noch warm servieren – eignet sich besonders gut zum Kaiserschmarrn oder zu Topfenknödeln. Gutes Gelingen!



Die Holunder-Produktpalette ist reichhaltig.

Foto: Christandl

bietet die beste Voraussetzung für den Anbau von Holunder.

In dieser Region hat der Holunderanbau eine lange Tradition, wirtschaftlich gesehen hat er seit 1980 stark an Bedeutung zugenommen. So ist er heute in der Steiermark nach dem Apfel bereits die zweithäufigste Obstart. Bei einer steirischen Anbaufläche von 900 Hektar befindet sich mehr als die Hälfte davon im Bezirk Feldbach. Steiermarkweit pflegen 643 Betriebe diesen Edelholunder. Hauptsächlich werden die Beeren für die Erzeugung von Lebensmittelfarben verwendet. Einzelne Betriebe beschäftigen sich aber auch mit der Veredelung und infolge dessen auch mit der Direktvermarktung. Der südoststeirische Vollerwerbsbetrieb Christandl ist einer davon und präsentiert stolz seine Produkte.

Produkte

„Mit dem Slogan – Qualität aus einer Hand – machen wir vom Anbau bis hin zur Verarbeitung alles selbst.“ Die Produktvielfalt ist groß: zirka vierzig Sorten Marmelade, davon sechs Holunder-Misch-Marmeladen, Nektar von verschiedenen Früchten, Holunderblütensirup, Edelbrände, Liköre und auch der einzigarti-

ge Hollerröster, der mit Süßspeisen kombiniert genossen werden kann. Als Gütesiegelbetrieb werden die Produkte ab Hof verkauft, an Bauernläden, Vinotheken und sogar an Apotheken geliefert und zum Teil auch über Versand an den Konsumenten gebracht. Ein Großteil zählt bereits zu den Stammkunden, die überzeugt sind und immer wieder einkaufen. Die zukünftigen Ziele formuliert die dynamische Obstbau- und Hauswirtschaftsmeisterin so: „Wir müssen die Schätze unserer eigenen Region noch besser an den Endverbraucher bringen.“ „Für den Holunder heißt das folgendes: diesen so salonfähig zu machen, dass er vom Kunden gerne angenommen wird und auch jeder weiß, wie wertvoll die Inhaltsstoffe dieser Beeren sind“, ergänzt ihr Mann Hannes. Renate wird gemeinsam mit ihrem Mann den elterlichen Betrieb übernehmen und möchte Holunder und den Bauernhof unter dem Motto „Von der Blüte bis ins Glas“ noch besser vermarkten. Persönlich haben sich die beiden vorgenommen, den Arbeitsplatz am Bauernhof zu erhalten.

Holler Vulkan

Ein Spezialprodukt, das gemeinsam mit sechs anderen Landwir-

ten aus dem Vulkanland rund um St. Anna am Aigen entwickelt wurde, nennt sich „Holler Vulkan“. Dieses Vitalgetränk ist eine Kombination aus Holundersaft, Apfelsaft, rotem und schwarzem Ribiselsaft sowie Aroniasaft. Um den Eigengeschmack des Holunders etwas interessanter und beliebter zu machen, wurde eine Mischung mit anderen Früchten versucht. Nach zahlreichen Experimenten wurde ein regionales Produkt kreiert, das ausgetragenen schmeckt und die positiven Eigenschaften vom Holunder enthält. Mit einem hohen Anteil an Kalzium, Magnesium und Vitamin C ist es auf die Verbesserung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit ausgerichtet. Dank der extrem hohen Konzentration dieser Polyphenole verfügt der Holunder unter anderem über die Fähigkeit, Bakterien, Pilze und Viren abzutöten. Die positivste Eigenschaft der Biopolyphenole, ist die so genannten freien Radikale einzufangen. Wissenschaftlich nachgewiesen verursachen zu viele freie Radikale im Körper viele Erkrankungen, wie beispielsweise Arteriosklerose, die eine der häufigsten Todesursachen ist. Da diese Stoffe nicht im Körper gespeichert werden können, müssen sie ständig aufgenommen werden.

Österreichs bekanntester Stressforscher, Universitätsprofessor Sepp Porta, gab für Holler Vulkan wissenschaftliche Unterstützung und bestätigte die leistungssteigernde Wirkung von Holunder. Viele Gründe sprechen dafür, wieder vermehrt zu dieser blauschwarzen Wunderbeere zu greifen! Auf der Homepage www.hollervulkan.at kann man sich einen Gusto auf dieses tiefrote Getränk holen und es auch online bestellen. Auf eines möchte Renate Christandl noch besonders hinweisen: „Im April 2007 erscheint ein neues Buch mit dem Titel ‚Alles Holler‘, wo man grundlegende Informationen rund um den Holunder nachlesen kann und in dem mehr als 100 Holunderrezepte enthalten sind. Damit möchten wir auch wieder zum wertvollen Selberkochen motivieren!“