

Bio-Kräuter und -Gewürze

Gewürze sind wie Tee und Kaffee traditionelle Kolonialwaren, die einst viele Kaufleute in Städten wie Venedig, Hamburg oder Bremen reich gemacht und viele Kleinbauern im Süden über Generationen in die Armut getrieben haben. Es gibt auch heute noch Länder, die extrem abhängig von den Preisen einzelner Gewürze sind: Zanzibar von den Nelken, Madagaskar von der Vanille und Grenada von der Muskatnuss. dwp arbeitet mit dem fair-Handelshaus Erboristi im Tessin unter dem Label Bio-Swiss zusammen, um die Erzeugnisse von Kleinbauernfamilien zu Preisen auf den Markt zu bringen, die fair für die Endverbraucher wie für die Erzeuger sind.

Was heißt fair?

Sylvia und Peter Lendi sind die Begründer. Sie arbeiteten 1979 - 81 als Entwicklungshelfer in Chiapas und lernten die Probleme der mexikanischen Kleinbauern hautnah kennen. Weil sie auf der Seite der Armen standen, wurden sie bedroht und flohen vor den Machthabern zurück in die Schweiz. Von hier aus werden heute 2000 Familien in 15 Kooperativen vorfinanziert und arbeiten mit Erboristi langfristig zusammen. Die Preise werden aufgrund der Marktverhältnisse und der Produktionskosten gemeinsam festgelegt. Der Verkaufserlös für die Bauern ist höher als im herkömmlichen Handel. In einer Genossenschaft können sie sich auch eher eine Trocknungsanlage - wenn Sonne und Luft nicht reichen - oder eine Destillieranlage leisten.

Was heißt biologisch?

Die Kleinbäuerinnen und -bauern werden in biologischem Landbau geschult, es wird ganzheitlich bewirtschaftet und von unabhängigen Organisationen zertifiziert. Vanille und Pfeffer sind Kletterpflanzen, Muskat und Nelken Sträucher und spenden dem Kaffee Schatten. Durch geschickte Pflanzfolge ergibt sich eine natürliche Schädlingsreduktion. Erosionsschutz erfolgt z.B. durch Zitronengras. Der Gewürzanbau von Muskat, Nelken, Pfeffer, Curcuma und Ingwer in einer Parzelle, vermeidet Abhängigkeit von nur einem Produkt, falls ein Ernteausfall droht. Unterschiedliche Erntezeiten verteilen die Arbeit und das Einkommen übers Jahr und bringen so wirtschaftliche Stabilität.

Was heißt Qualität?

Geschmacksträger sind die ätherischen Öle. Der Ölgehalt bewirkt die Konsistenz und die Intensität. Von Frische spricht man bei Farbe, Geruch und Elastizität. Durch die regelmäßige Schulung der Bio-Bauern wird ein hohes Qualitätsniveau erreicht. Giftstoffe für Mensch und Tier gibt es nicht. Die Artenvielfalt bleibt erhalten. Für jedes Gewürz sind Qualitätskriterien festgelegt. Diese werden von Fachleuten überwacht und von unabhängigen Labors auf Pestizidrückstände, Mikrobiologie und Schwermetalle geprüft: bei den Gewürzen Wurzeln, Früchte, Beeren, Nüsse, Samen; bei den Kräutern die grünen Teile der Pflanzen. Die Rohprodukte werden im Tessin verarbeitet und verpackt.



Bio-Kräuter und -Gewürze

Was heißt Genuss und Gesundheit?

Weltweit sind etwa 200 Gewürze bekannt, davon werden aus dem fairen Handel im Gmünder Weltladen ca. 30 reine Gewürze angeboten. Gewürze fair-bessern nicht nur Suppen, Soßen, Braten und Salate, sondern tragen wesentlich zur Gesundheit bei. Eines der bekanntesten und häufig verwendeten Gewürze ist wohl der **Pfeffer**. Dieser macht nicht nur scharf, sondern regt den Speichelfluss und die Magensaftsekretion an. Kleine Mengen **Muskatnuss** sind verdauungsfördernd, blähungslindernd, appetitanregend und können bei Übelkeit und Durchfall helfen. **Nelken** haben eine schmerzstillende und entzündungshemmende Wirkung, sie sind verdauungsfördernd und appetitanregend. Spickt man eine Orange mit Nelken, entsteht eine dekorative Kugel, die gut duftet und Insekten fernhält. **Curcuma** (= Gelbwurz) ist in jedem Curry enthalten und wird auch den Senfpasten beigemischt. Curcuma steigert die Konzentrationsfähigkeit, regt die Leber und den Gallenfluss an, es hilft auch bei Fieber, Infektionen, Ruhr und Arthritis. **Kardamom** wirkt verdauungsfördernd und appetitanregend. Im Kaffee soll es das Koffein verträglicher machen. Die wenigen Beispiele zeigen, dass Sie mit einer Prise Gewürz mehr erreichen, als nur guten Geschmack. Gewürze tragen zum Wohlbefinden und zur Gesundheit bei.



Geschmackstest: Auf ölbeträufeltes Baguette werden verschiedene Gewürzsalze gestreut.

