

# Geschmack der Regionen

Obst und Gemüse neu entdeckt!



**Regionale Spezialitäten aus Erfurt/Thüringen**

**Slow Food Deutschland e.V. – Für gute,  
saubere und faire Lebensmittel**

Werden Sie Teil einer großen, bunten, internationalen Gemeinschaft, die das Recht jedes Menschen auf gute, saubere und faire Lebensmittel vertritt!

Antrag unter: [www.slowfood.de](http://www.slowfood.de)



**Slow Food®**  
Weimar-Thüringen



## Impressum

### Autoren

Heike Mohr (Erfurt)  
Thomas Pohler (Jena)

Wir danken unseren Leihgebern und Informanten Elfriede Pfau, Ingo Rintisch, Hans-Dieter Wellner sowie Ralf Fischer.

### Gestaltung und Satz

SCHLOSSBERGMANUFAKTUR BAD BERKA  
Dipl. Des. Sabine Müller

sam.grafik@web.de

### Herausgeber

Slow Food Convivium Weimar Thüringen  
Ein Convivium von Slow Food Deutschland e.V.  
www.slowfood.de/weimar

weimar@slowfood.de



Slow Food®  
Weimar-Thüringen

Gefördert durch:

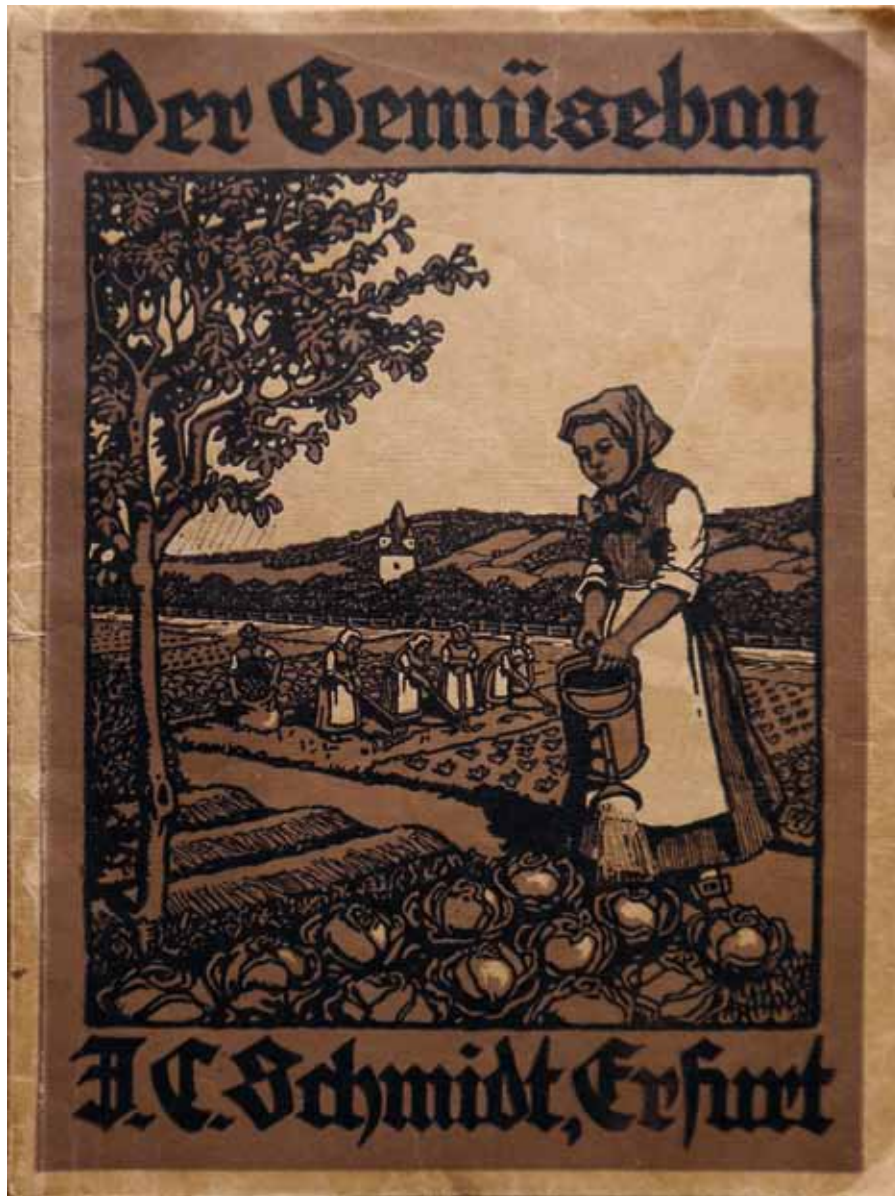


aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



## Inhaltsverzeichnis

Die Region - Erfurt und das Thüringer Becken	5
Brunnenkresse - einst Erfurter Exportschlager	7
Puffbohnen - fast vergessene Leibspeise der Erfurter	11
Türkine – historische Süßkirsche der Fahner Höhe	15
Der Weimarer Zwiebelzopf – mehr als nur Dekoration	19
Impressum	22



Saatgutkatalog J.C. Schmidt Erfurt Quelle: R. Fischer

## Weimarer Zwiebelsuppe

von Theo Stern / Koch Weißer Schwan, Weimar

Für 5-6 Personen

### Zutaten

500 g Zwiebeln  
 200 g Kochsalami in Streifen geschnitten  
 2 l Rindsbrühe  
 2 Zehen Knoblauch  
 Bier zum Ablöschen  
 Majoran abgerebelt  
 Salz

Für die Croutons

Brötchenscheiben  
 Reibekäse  
 Butter

## Zubereitung

Zuerst die Zwiebeln halbieren und dann fein schneiden. Anschließend die Zwiebeln zusammen mit der Kochsalami glasig dünsten. Den Knoblauch dazu geben und mit andünsten. Alles mit dem Bier ablöschen und mit Majoran würzen. 20 min köcheln lassen. Die Brötchenscheiben in der Butter auf beiden Seiten anbraten, dann mit Reibekäse bestreuen und gratinieren. Dazu die Croutons kurz in den Ofen mit Oberhitze schieben und danach auf der Suppe platzieren.



Foto: Harald Mohr



„Diem“ nennen die Heldrunger diesen kranzförmigen Zwiebelzopf-Stapel. Er wird heute nicht mehr gebaut. Foto um 1960, Quelle: E. Pfau



Heldrungen's älteste noch aktive Zwiebelbäuerin Elfriede Pfau bindet die Zwiebeln auf stabiles Roggenstroh. Es entsteht eine Zwiebelrispe, die nach unten immer dicker wird. Die Heldrunger sprechen deshalb, anders als in Weimar üblich, nie von Zwiebelzöpfen, denn ein Zopf ist oben dick und unten schmal.

Foto: H. Mohr



Foto: H. Mohr

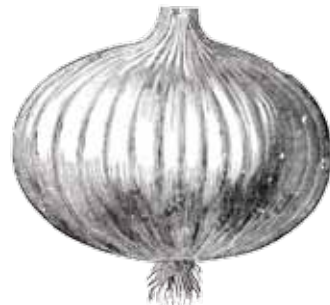
## Pflanzenporträt Zwiebel

Küchenzwiebel, Speisezwiebel  
Art: *Allium cepa*  
Gattung: Lauch  
Familie: Lauchgewächse

Seit mehr als 5000 Jahren wird die Zwiebel als Gewürz- und Gemüsepflanze kultiviert. Ihren Ursprung hat sie vermutlich in Mittelasien. Römische Legionäre verbreiteten die Zwiebel schließlich in Mitteleuropa. Hier wurde sie schnell zu einer der am meisten verbreiteten Gemüsearten. Auch in der Thüringer Küche ist sie allgegenwärtig.

Im Laufe der Zeit fanden die Menschen heraus, unter welchen Bedingungen die Zwiebel besonders gut gedeiht. Neben einem guten Boden mit hohem Humusgehalt fördern viele Sonnenstunden und trockene Witterung zur Erntezeit ab August die Qualität der Zwiebeln. In Thüringen sind diese Voraussetzungen vor allem in der Nordhälfte zu finden, z. B. in den Gebieten Herbsleben und Heldrungen. Dort sind die Niederschlagsmengen im Regenschatten der Mittelgebirge relativ niedrig.

Die einfachste Methode Zwiebeln anzubauen ist das Auspflanzen von Steckzwiebeln. Früher wie heute gilt: Im Sommer oder Herbst wenn zwei Drittel der Schloten geknickt sind, werden bei trockenem Wetter die Zwiebeln geerntet und anschließend an einem warmen und luftigen Ort nachgetrocknet, bis die äußere Schale gut trocken ist.



## Die Region - Erfurt und das Thüringer Becken

Das Thüringer Becken erstreckt sich im zentralen und nördlichen Teil Thüringens von der Unstrut unterhalb von Dingelstädt bis zur Ilm bei Bad Sulza und vom Wipperdurchbruch unterhalb Seegas bis zum Eintritt der Gera bei Arnstadt. Seine Fläche beträgt rund 2700 Quadratkilometer. Das entspricht rund einem Sechstel der Fläche Thüringens. Der Großteil dieser uralten Kulturlandschaft wird vom Flusssystem der Unstrut durchflossen.

Inmitten des Thüringer Beckens liegt die Landeshauptstadt Erfurt. Die Stadt wurde erstmals 742 urkundlich erwähnt und entwickelte sich an einem Kreuzungspunkt wichtiger Handelsrouten. Im Umfeld dieser Domstadt wurden „Küchendorfer“ für deren Versorgung mit vielfältigem Gemüse und Obst gegründet. Martin Luther, der Anfang des 16. Jahrhunderts in Erfurt studierte und predigte, bezeichnete die Erfurter als „des Heiligen Römischen Reiches Gärtner“.

Obst wird heute auf rund 2.400 Hektar angebaut, Gemüse auf rund 1.100 Hektar.

## Der Gartenbau der Region

Durch die Vielzahl der Thüringer Residenzen war die Gartenkultur schon seit dem 17. Jahrhundert auf hohem Niveau, während Erfurt als Stadt des Handels seit dem 18. Jahrhundert sich zu einer Hochburg des Erwerbsgartenbaus entwickelte. Der 1685 geborene Erfurter Christian Reichart war ein bedeutender Wegbereiter der Gartenbauwirtschaft in Erfurt und weit darüber hinaus. Bis Anfang des 20. Jahrhunderts entwickelten sich in der Thüringer Landeshauptstadt große „Kunst- und Handelsgärtnereien“ die sich insbesondere der Züchtung und Saatgutproduktion von Gemüse und Zierpflanzen widmeten.

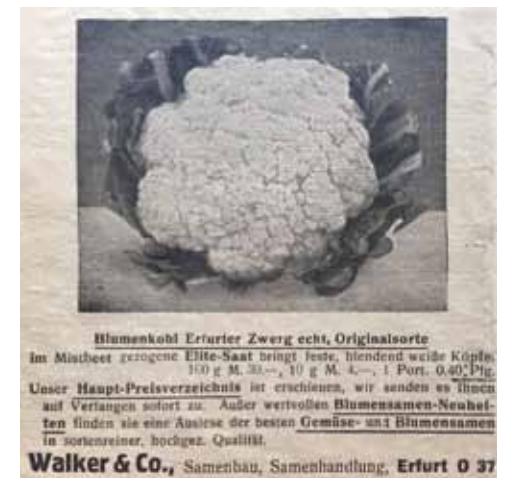
Zu besonderen Spezialitäten des Erfurter Gemüsebaus hatten sich der Anbau von Brunnenkresse und Blumenkohl entwickelt. Die Sorte „Erfurter Zwerg“ galt als erster weißer schmackhafter Blumenkohl. Bei dieser Sorte verhüllten die Blätter die Kohlsprossen fast



Porträt Christian Reichart (1685 - 1775)

Maler: Samuel Beck

Bildquelle: Angermuseum Erfurt, Foto: Constantin Beyer



Anzeige: Erfurter Blumenkohl „Weißer Zwerg“

Quelle: Deutsches Gartenbaumuseum Erfurt

vollständig, so dass Sonnenlicht den Blumenkohl nicht verfärben konnte. Blumenkohl wird auch heute rund um Erfurt angebaut. Die einstige Erfolgssorte „Weißer Zwerg“ wurde durch moderne Züchtungen ersetzt. Immer mehr gefragt sind farbige Blumenkohlvarianten, die es in gelb, lila oder grün gibt.

Am Nordrand der Fahner Höhe wird ein intensiver Anbau von Äpfeln, Süß- und Sauerkirschen sowie Pflaumen betrieben. Der Pfarrer und berühmte Pomologe Johann Volkmar Sickler begründete im 18. Jahrhundert diesen Anbau. Alte Sorten auf Hochstämmen sind auch dort zur Rarität geworden.

### Essen, was wir erhalten wollen

Die in dieser Broschüre vorgestellten regionalen Spezialitäten wurden ausgewählt von den Mitgliedern des Slow Food Conviviums Weimar-Thüringen.

Der international in 150 Ländern der Erde agierende Verein Slow Food bemüht sich um die Erhaltung der regionalen Koch- und Esstraditionen, dazu gehört die Förderung des Anbaus und die Verarbeitung von pflanzlichen und tierischen Produkten aus der Region. Der Gründer der ursprünglich italienischen Bewegung Carlo Petrini definierte dafür als Maßstab: *Buono, pulito e giusto* – gut, sauber

und fair. Gegründet wurde Slow Food 1989 als Gegenbewegung zu den sich weltweit ausbreitenden Fast Food-Ketten.

Heute steht die Förderung der Biodiversität durch die Erhaltung lokaler und regionaler Obst- und Gemüsesorten sowie Tierrassen und deren Verarbeitung zu genussvollen Lebensmitteln und Getränken im Vordergrund.

Neben der Bewahrung der Geschmacksvielfalt, stehen zukunftsfähige Lebensmittel im Focus. Diese entstehen aus Sorten und Anbaumethoden sowie Tierrassen, die die Umwelt schützen, das Bodenleben fördern und die für den Menschen gesund sind.

Zum gutem Essen gehört der Genuss. Slow Food ist der Herausgeber eines Genussführers, in dem Gasthäuser zu finden sind, die sich der regionalen Kochtradition verpflichtet haben. Lokale Bezugsquellen für Obst, Gemüse und Fleisch aus der Region sowie Veredler, wie Bäcker, Käseproduzenten, Metzger oder Winzer werden auf den Internetseiten sowie im zweimonatlich erscheinenden Slow Food Magazin vorgestellt. Inzwischen seltene Sorten und Anbaumethoden sowie Tierrassen, die vom Aussterben bedroht sind, werden in die Arche des Geschmacks aufgenommen. In Deutschland gibt es inzwischen 66 Passagiere. Dazu gehört die Brunnenkresse aus der Erfurter Klinge.



### Der Weimarer Zwiebelzopf – mehr als nur Dekoration

In Heldringen wird in der „Diamantenen Aue“ der Unstrut seit dem 17. Jahrhundert Gemüse angebaut und vermarktet. Das Absatzgebiet erstreckte sich vom Vorharz bis zum Thüringer Wald. Bedeutendes Handelsgut der Heldrunger Bauern war die Zwiebel. Für deren hohe Qualität wurden sie anerkennend „Zwiebelkönige“ genannt.

Den größten Teil ihrer Zwiebeln verkauften die Heldrunger Bauern in Weimar. Ihre bekanntesten „Vermarktungsgebilde“ waren die kunstvoll gebundenen Zwiebelzöpfe oder -rispen. Hierfür bevorzugten die Bauern flache Zwiebelsorten wie die „Dresdner Plattrunde“ und die „Braunschweiger Dunkelblutrote“. Erstmals wurde der Zwiebelmarkt zu Weimar 1653 erwähnt. Der Sinn war allerdings ein ganz anderer als beim heutigen Volksfest: Die Bewohner von Weimar deckten sich auf dem Markt mit Zwiebeln und Gemüse für den Winter ein. So versorgte auch der Dichter Johann Wolfgang von Goethe seinen Haushalt mit Zwiebeln. Er hatte eine starke Verbundenheit zum Zwiebelmarkt und der Zwiebel an sich. Goethe war von der positiven Wirkung der Zwiebel auf die Gesundheit überzeugt. Zwiebelzöpfe lies er an seinem Schreibtisch befestigen. Auch sein Haus wurde damit geschmückt. Den Zwiebelmarkt schätzte er wegen seiner Volksmäßigkeit.

Heute ist der Zwiebelmarkt ein großes Stadtfest, auf dem immer weniger Gemüse und Zwiebeln aus Heldringen verkauft werden. Die Zwiebelzöpfe werden mit Trockenblumen verziert und hauptsächlich als Dekoration genutzt. Dabei hat das zopfartige Gebinde viele Vorteile. Es lässt sich platzsparend aufbewahren und die Zwiebeln können nach Bedarf einzeln abgeschnitten werden.

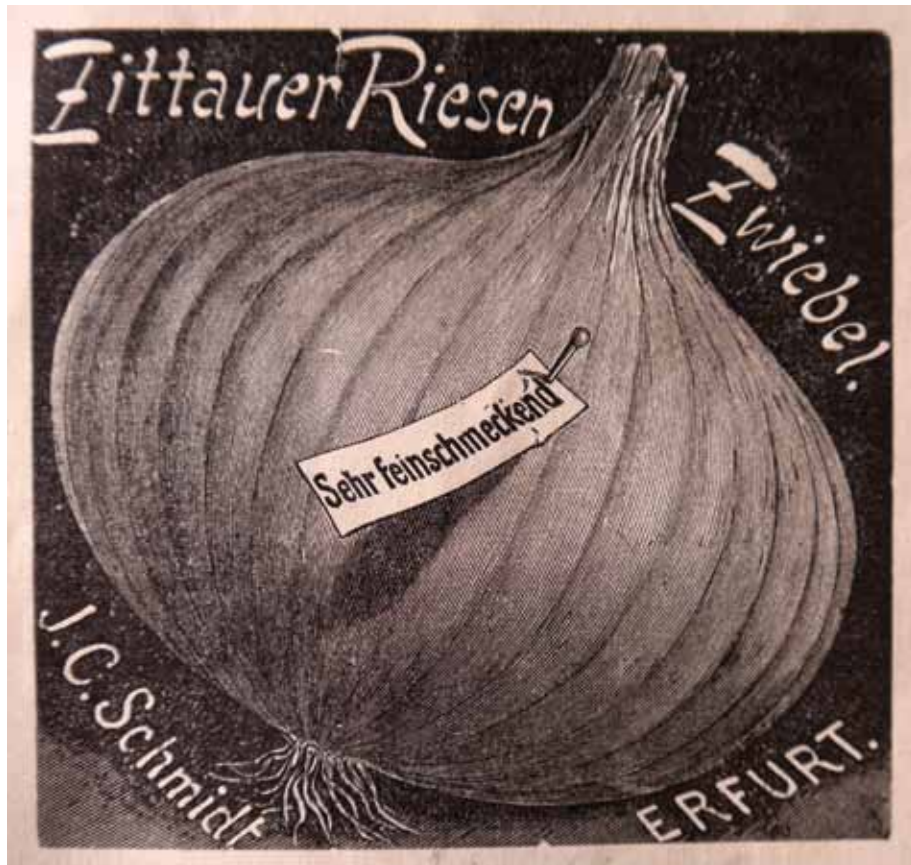
**Der Weimarer Zwiebelmarkt findet traditionell am 2. Oktoberwochenende statt.  
Termin 2018: 12.-14.10.2018**



Moderne Deko-Zwiebelzöpfe mit Trockenblumenschmuck.  
Foto: Heike Mohr



Familie Pfau in der Weimarer Schillerstraße heute  
Quelle: E. Pfau



Zwiebeln werden bis heute im Thüringer Becken angebaut. Für die Herstellung von Zwiebelzöpfen eignen sich aber nur flache Sorten.  
Abb. Saatgutkatalog aus dem Bestand Deutsches Gartenbaumuseum Erfurt

## Brunnenkresse - einst Erfurter Export-schlager

In der Erfurter Mundart heißt die Brunnenkresse „Braunkärsch“. Einmalig ist die Kultur in „Klingen“, speziellen Beeten mit fließendem Wasser. Diese Anbaumethode wurde im 18. Jahrhundert im Erfurter Dreienbrunnengebiet von Christian Reichert (1685-1775) entwickelt. Reichart gilt als Pionier des Erwerbsgartenbaus in Erfurt. Als 1808 Kaiser Napoleon in Erfurt weilte, lies er zwei Erfurter Gärtner nach Versailles reisen, um die bewährte Klingenanbaumethode in Frankreich zu etablieren.

In den Wasserbeeten, den Klingen, umfließt die Pflanzen Quellwasser von ca. 11 °C. Es friert daher nie ein. An frostigen Tagen wird die Kresse mit speziellen Walzen und Patschen ins Wasser gedrückt, damit die über dem Wasser liegenden Pflanzenteile nicht erfrieren und den Winter frisch-grün überdauern. Die Erfurter Brunnenkresse galt lange als Delikatesse und wurde per Zug und LKW, bisweilen sogar per Flugzeug, in alle großen deutschen Städte geliefert. Blütezeit des Anbaus waren die 1930iger Jahre. In der DDR-Zeit wurden der Klingenbesitz zwangsweise vergenossenschaftlicht. In der 80iger Jahren wurde der Anbau vernachlässigt und die Klingen mit Erde verfüllt. Heute gibt es nur noch eine historische Klinge in Erfurt, sie steht unter Denkmalschutz. Die Nachfahren der alteingesessenen Gärtnerfamilie Fischer bewirtschaften sie im Nebenerwerb. Wie früher wird die Kresse kniend auf Stegen mit bloßen Händen geschnitten. Verkauft wird sie ab Hof und an ausgewählte Gasthäuser in der Region. Die Brunnenkresse aus der Erfurter Klinge wurde 2018 in die Slow Food Arche des Geschmacks aufgenommen.



Karola und Ralf Fischer bei der Ernte in der historischen Brunnenkresseklinge  
Foto: M.F. Schmidt



Historische Brunnenkresseklinge in Erfurt  
Foto: M.F. Schmidt



Brunnenkresse wird für den Versand verpackt. Damit sie frisch blieb, wurde sie mit kleingeklopften Eis gekühlt.  
Abb. aus Werbeprospekt aus den 1930iger Jahren  
Quelle: R. Fischer

## Pflanzenporträt

Gewöhnliche Brunnenkresse  
 Art: Nasturtium officinale  
 Gattung: Nasturtium  
 Familie: Kreuzblütengewächse

Die Brunnenkresse wächst in sauberen, fließenden Bächen. Sie gehört zu den Kreuzblütengewächsen wie Rettich, Rucola oder Radieschen und enthält wie diese Senfölglykoside. Diese verleihen der Brunnenkresse ihren markant scharfen Geschmack. Sie fühlt sich im Mund angenehm knackig-frisch an und ist überaus vitamin- und mineralstoffreich.

Die Erntesaison erstreckt sich auf alle Monate mit einem „r“ im Namen. Sie ist eine der wenigen Gemüse bzw. Kräuter, deren Haupterntezeit im Herbst und Winter liegt. Die Brunnenkresse blüht ab Juni weiß.

Nach dem Verblühen bilden sich Schötchen, die leicht geborgen sind, später rot ausreifen und bis zu 60 Samenkörnchen enthalten.

Vermehrt wird Brunnenkresse über Saatgut und anschließender Vorkultur von Jungpflanzen oder mit Stecklingen.

Amerikanische Wissenschaftler haben 2014 bestätigt, dass *Nasturtium officinale* eines der vitamin- und mineralstoffreichsten und somit gesündesten Gemüse ist. Besonders hoch ist der Anteil an Vitamin C. Brunnenkresse gilt heute als Superfood, wird außerdem als Heilkräuter und für Anti-Aging-Kosmetik verwendet.

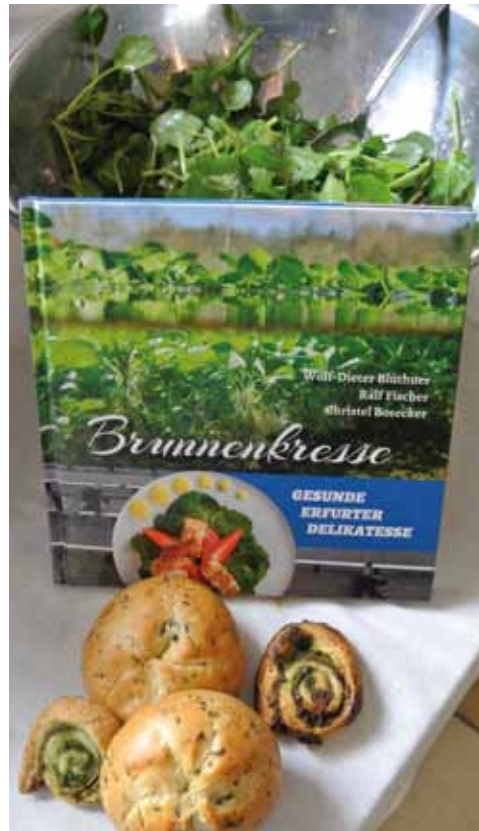
### Hofverkauf:

Familie Fischer  
 Hochheimer Straße 23  
 99094 Erfurt

Telefon: +49 361 222 02 92  
 eMail: kontakt@brunnenkresse-erfurt.de

### Gasthaus mit Brunnenkresse-Angebot

Gasthaus & Pension »Zur guten Quelle«  
 Marienthalstraße 5-7  
 99094 Molsdorf



*Buchtip:*  
 „Brunnenkresse - Gesunde Erfurter Delikatesse“  
 ISBN 978-3-937981-64-2

## Thüringer Kirsch-Tischel (Kirschkpfanne)

Familienrezept von Foodbloggerin  
 Petra Hermann ([www.oberstrifftahne.com](http://www.oberstrifftahne.com))

### Zutaten

1 Liter Milch  
 Brötchen vom Vortag  
 3 Eier  
 250 g Quark  
 300 g Zucker  
 250 g Gries  
 500 g Kirschen  
 1 Vanillezucker  
 etwas Zimt  
 etwas Mandelaroma  
 etwas Butter  
 Dauer ca. 2 Stunden ohne Kirschernte

### Zubereitung

Aus Milch, Zucker und Gries einen Griesbrei kochen. Den Topf etwas abkühlen lassen und dann Eier, Quark, Vanillezucker, den Zimt und das Aroma einrühren. Die Kirschen von den Stielen befreien, aber nicht entkernen. Die altbackenen Brötchen in Scheiben schneiden. Einige schöne, gleichdicke runde Scheiben beiseitelegen, den Rest grob würfeln. Brötchenwürfel und Kirschen in die Griesmasse einrühren. Eine Auflaufform gut einfetten und alles einfüllen. Oben die Brötchenscheiben auflegen und Butterflöckchen darauf verteilen. Sie werden so goldbraun und schön knusprig. Alles bei 180°C rund 1 Stunde backen. Noch warm essen.

**Tipp:** Etwas Zimt & Zucker bereit stellen zum Nachwürzen.



Foto: Heike Mohr



## Pflanzenporträt

**Türkine Herzkirsche**  
(Syn. Flamentiner oder Flämmische Kirsche laut div. Literatur)

Die Türkine ist eine frühe rote und süße Herzkirsche mit gelblich weißem Fruchtfleisch. Sie ist saftreicher, weichfleischiger und hat mehr Süße, als die heute favorisierten Knorpelkirschen. Ihr Saft ist nichtfärbend, hinterlässt also keine Flecken. Der Baum gilt als äußerst starkwüchsig und reichtragend. Die Türkine trägt zuverlässig in der ersten und zweiten Kirschoche Früchte, also bereits Anfang Juni. Die stumpf herzförmige Frucht wird in der alten Literatur als mittelgroß bis groß beschrieben, verglichen mit modernen Sorten ist sie aber eher klein. Das Fleisch wird als „sehr schmackhaft, gewürz- und saftreich und angenehm süß“ beschrieben, besonders, wenn der Baum auf gut gedüngtem Kalkboden steht. Der hoch und quirlig auslandend wachsende Baum kann sehr alt werden, er eignet sich gut für Streuobstwiesen oder als Solitärbaum in einem großen Garten. Beobachtet wurde, dass die Türkinen mit natürlich gewachsener Krone gesünder bleiben und bessere, sowie schönere Früchte tragen als stark beschnittene Bäume.



*Ingo Rintisch, Thüringer Pomologe, Inhaber einer Gärtnerei- und Baumschule in Herbsleben, hat sich die Rettung alter Obstsorten zur Aufgabe gemacht. Er veredelt die Türkine-Reiser auf Vogelkirschunterlagen. Foto: H. Mohr*

### Bezugsquelle Türkine-Jungbaum:

Gärtnerei Ingo Rintisch  
Hauptstraße 3  
99955 Herbsleben / Thüringen  
Telefon: 03 60 41/5 63 56

E-Mail: [info@gaertnerei-rintisch.de](mailto:info@gaertnerei-rintisch.de)  
Internet: [www.gaertnerei-rintisch.de](http://www.gaertnerei-rintisch.de)



*Die Türkine ist kleiner als moderne Züchtungen, aber viel süßer und aromatischer. Foto: Heike Mohr*

## Erfurter Brunnenkressesalat

Familienrezept von Johanna Fischer

Zutaten für 4 Portionen  
500 g Brunnenkresse  
Saft von zwei Zitronen  
1 große Zwiebel  
1 Prise Salz  
4 EL Zucker  
ca. 500 ml Wasser  
2 EL Sonnenblumenöl

Die Brunnenkresse waschen und in eine Schüssel geben. Die Zwiebel fein scheiden und zusammen mit dem Wasser, dem Saft der Zitrone, Salz und Zucker so lange verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Das Dressing unter die Brunnenkresse heben. Kurz vor dem Servieren das Sonnenblumenöl dazu gegeben.




*Foto: M. Schmidt*

Durch gemeinsames Bestellen verbilligt sich der Einkauf

## Puffbohnen

**Garten-, Dicke oder Große Bohnen**

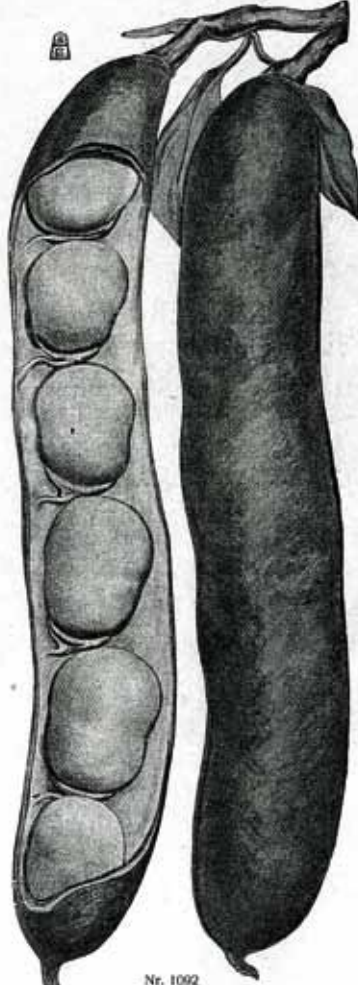
Aussaat von Ende Februar bis Mitte Mai in 30—40 cm entfernte Reihen, mit einem Abstand von ca. 20 cm. In jedes Loch kommen 2—3 Bohnen ca. 5 cm tief. Zur späten Ernte kann nochmals im Juni gelegt werden. Die Beete sind öfter zu hacken und die jungen Pflanzen zu behäufeln. Zeigen sich schwarze Läuse, schneidet man die obersten Triebe der Pflanzen aus. — Kleine runde Löcher in den Saatbohnen stammen von dem Bohnenkäfer her. Keimkraft und Ertrag werden dadurch nicht behindert.



Nr. 1085  
**Puffbohne**  
**Erfurter volltragende**  
Allbekannte Sorte mit reichem Schotenbehang.  
125 Gr. Mk. —35    1 Kilo Mk. 1,50    10 Kilo Mk. 12,—  
50 Kilo Mk. 46,—

Nr. 1086  
**Puffbohne**  
**Weißkeimige frühe weiße**  
Reichtragende, feine, delikate Bohne.  
125 Gr. Mk. —40    1 Kilo Mk. 1,80    10 Kilo Mk. 14,—  
50 Kilo Mk. 55,—

Nr. 1087  
**Puffbohne Hangdown**  
mit langen, herabhängenden Schoten.  
125 Gr. Mk. —50    1 Kilo Mk. 2,20    10 Kilo Mk. 17,—  
50 Kilo Mk. 70,—

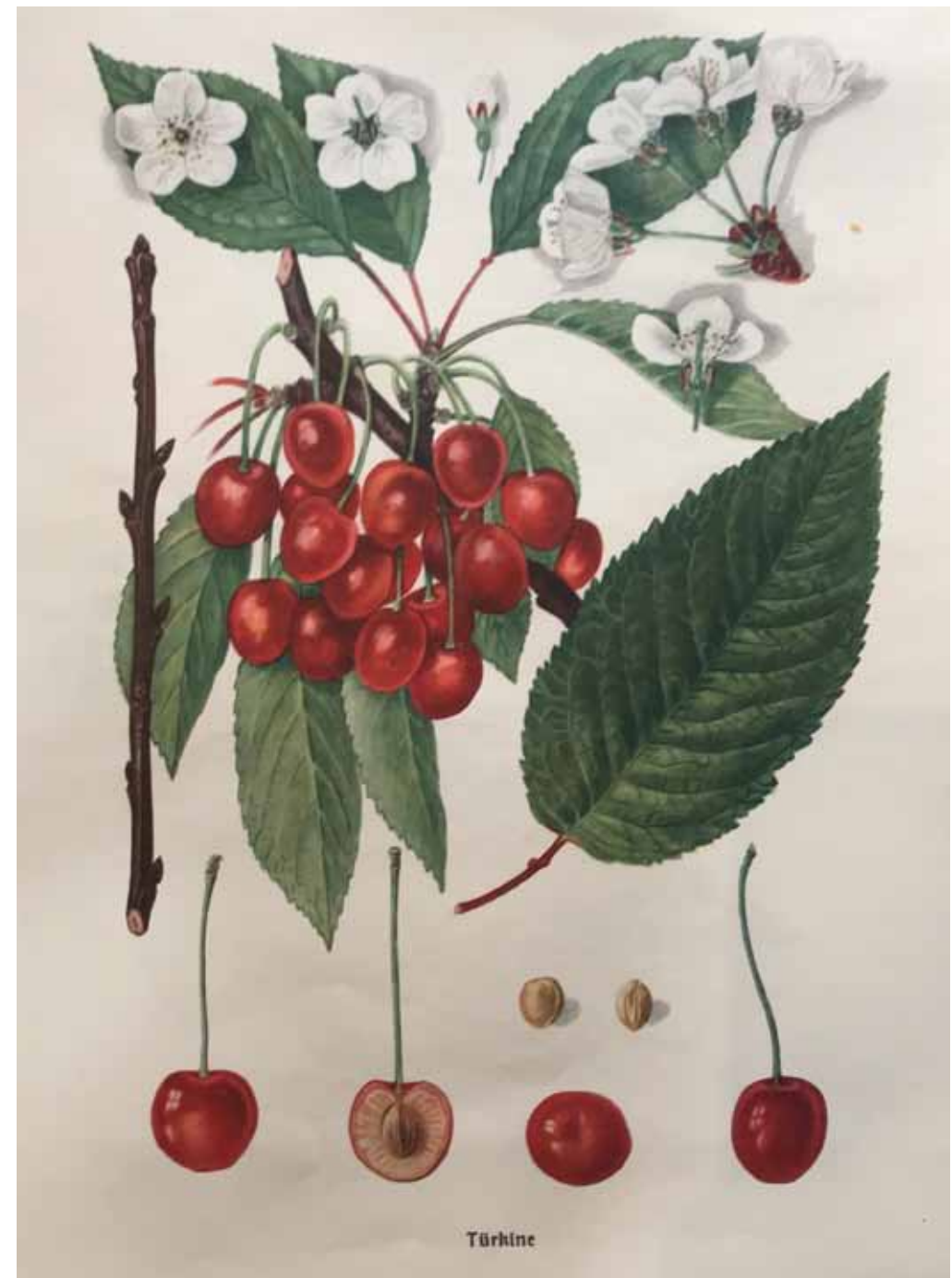


Nr. 1092  
**Puffbohne Goliath, langschotige Riesen**  
Sehr ergeblige, empfehlenswerte Sorte. Die extra langen Schoten sind dicht mit zarten Bohnen besetzt.  
125 Gr. Mk. —50    1 Kilo Mk. 2,20    10 Kilo Mk. 17,—  
50 Kilo Mk. 70,—

54

Auszug aus dem Saatgutkatalog der Firma Adlersaat von 1929

Leider gibt es die Sorte „Erfurter Volltragende“ nicht mehr im Handel oder Anbau.  
(Quelle: Stiftung Deutsches Gartenbaumuseum Erfurt)



Auszug: Türkiner, Quelle: Deutsche Obstsorten: Steinobst, VEB Deutscher Landwirtschaftsverlag Berlin

## Türkine – historische Süßkirsche der Fahner Höhe

Der Obstanbau rund um die Ortschaften Gierstädt, Klein- und Großfahner hat eine lange Tradition. Als Urvater des dortigen Obstanbaues gilt der Pfarrer Johann Volkmar Sickler, der in seiner Funktion auch Verwalter umfangreicher Ländereien in Kirchenbesitz war.

Pfarrer Sickler erhielt im Jahr 1889 Türkine-Edelreiser aus Frankreich, veredelte damit Bäume in der Baumschule des Landgutes und etablierte die Sorte in der Region. Er beschrieb die Türkine ausführlich in seinen 22 Bänden umfassenden Standardwerk 'Der Teutsche Obstgärtner' (15. Bd., Seite 154). Die Türkine war lange die Charaktersorte des Kirschanbaus auf der Fahner Höhe bei Gotha, weil sie den dort vorhanden nahrhaften kalkhaltigen Boden bevorzugt. Außerhalb des Thüringer Anbaugesbietes hatte sie kaum eine Bedeutung.

Diese Süßkirsche ist für den Rohgenuss ideal. Leider lässt sie sich nicht gut transportieren. Obstbauern sprechen dabei von einer Glaskirsche, weil die Frucht schon bei leichtem Druck auf die Schale verbräunt.

Nach 1945 wurde sie nicht mehr auf der Fahner Höhe angepflanzt. Der Hauptgrund ist ihr ausladender starker Wuchs. Der Kronendurchmesser eines Baumes kann bis zu 6 Meter betragen. Mit heutigen Anbauverfahren und modernen Sorten können auf deutlich weniger Fläche höhere Erträge erzielt werden.

Lange galt die Türkine als verschollen. Der ehemalige Obstanbauer Hans Dieter Wellner hatte 2014 mehrere nicht gerodete Türkinen auf Privatflächen entdeckt.

Der Pomologe Ingo Rintisch aus Herbsleben hat sich zur Aufgabe gemacht, alte Regionalsorten durch Veredlung auf moderne Unterlagen zu erhalten. Er vermehrt heute auch Türkinen. Die alte Kirsche der Fahner Höhe stirbt also nicht aus.



Baum in der Nähe von Großfahner  
Foto: Heike Mohr



Türkine Süßkirschen Foto: Heike Mohr



Anzeige in einer Thüringer Zeitung  
aus den 1930iger Jahren  
Quelle: Deutsches Gartenbaumuseum

## Puffbohnen - fast vergessene Leibspeise der Erfurter

Die Puffbohne sieht aus wie eine übergroße Bohne. Über viele Jahrhunderte war die Puffbohne zusammen mit der Erbse die wichtigste Eiweißquelle, vor allem für die arme Bevölkerung. Auf den fruchtbaren Böden rund um Erfurt gedieh die Puffbohne sehr gut. An Bedeutung verlor sie erst im 17. Jahrhundert mit der Einführung der Gartenbohne (*Phaesus vulgaris*) aus Mittel- und Südamerika.

Der Beigeschmack „arme-Leute-Essen“ hat sicher auch seinen Teil zur abnehmenden Beliebtheit der Puffbohne beigetragen.

Heute bemühen sich Erfurter Köche wieder darum, die Puffbohne in eine zeitgemäße Küche zu integrieren, denn die heimische Hülsenfrucht galt einst als Leibspeise der Erfurter. „Erfurter Puffbohne“ ist bis heute der Spitzname für gebürtige Erfurter. Im „Erfurter Gärtnerlied“ widmet Wilhelm Schütz 1873 der Puffbohne eine eigene Strophe, der ehemalige Lehrer schrieb sogar ein Puffbohngedicht. Seit einigen Jahren gibt es ein Puffbohnen-Maskottchen aus Plüsch. Jedes neugeborene Kind erhält je nach Geschlecht eine rosa oder hellblaue Plüschpuffbohne als Geschenk der Stadt.

Der Name der Puffbohne entstand übrigens aus Buffbohne als Bezeichnung für eine aufgebuffte also große Bohne. Es gibt weitere Bezeichnungen wie Dicke Bohne oder Saubohne.

Puffbohnen sind eine deftige Gemüsespezialität.

In der Küche werden überwiegend die Bohnenkerne verwendet, am besten frisch oder getrocknet. Auch die ganzen Hülsen können gegessen werden. Allerdings nur, wenn sie sehr jung geerntet werden, denn ältere Hülsen enthalten zähe Fasern. Eine Konservierung ist durch Trocknen, Einfrieren oder Einkochen möglich. Puffbohnen im Handel sind heute oft Importe aus anderen Ländern.

Ärforder Bloomkuhl, Ludwig Haage, Buchtitel von 1926

Auf dem Titel des humoristischen Buches über Erfurter Gartengewächse werden zwei Erfurter mit Puffbohnenköpfen abgebildet.



Junge Frau beim Vorbereiten von Puffbohnen, um 1900  
Quelle: Stadtarchiv Erfurt



## Pflanzenporträt

Puffbohne (Dicke Bohne)

Art: *Vicia faba*

Gattung: Wicke

Familie: Schmetterlingsblütengewächse

Botanisch gehört die Puffbohne nicht zu den Gartenbohnen, sondern zu den Wickern.

Im Gartenjahr ist die Puffbohne die früheste Eiweißquelle. Sie ist unempfindlich gegen Kälte und sollte gesät werden, sobald der Boden offen ist – wenn möglich schon ab Mitte Februar/Anfang März.

Puffbohnen lockern den Boden tief mit ihrer Pfahlwurzel. Sie können bis zu 1,50m hoch werden. Durch die frühe Ernte sind sie eine gute Vorfrucht für andere Kulturen. Wie alle Hülsenfrüchte versorgen auch Puffbohnen den Boden mit Stickstoff. Die Hülsen für die Saatgutgewinnung belässt man an den Pflanzen bis sie gänzlich ausgereift sind. Sie sind dann ganz trocken. Je nach Sorte hat man allerdings wenig Zeit, sie zu pflücken, bevor sie aufplatzen und die Kerne zu Boden fallen.



Blühende Puffbohne  
Foto: Kristina Bauer



Frisch ausgepulte Bohnenkerne, Foto: Heike Mohr

## Puffbohnen-Salat

neu interpretiert von Uta Kotzbauer / DeliCats  
Feinkost Erfurt

Zutaten für 4 Portionen

400 g gepulte Puffbohnenkerne  
2 Frühlingszwiebeln  
1 rote Zwiebel  
300 g Kirschtomaten  
100 g Schafskäse  
Salz

Für das Dressing  
2-3 TL weißer Balsamico  
1 TL Senf  
1 TL Honig  
Salz & Pfeffer  
4 EL Traubenkernöl  
3 Stiele Basilikum

## Zubereitung

Die Puffbohnen in Salzwasser 8 - 10 Minuten bissfest garen und abgießen, danach kalt abschrecken. Die Bohnen je nach Reifegrad aus den Häuten drücken, das ist nur bei vollreifen Bohnen notwendig. Die Frühlingszwiebeln waschen und in dünne Ringe schneiden. Rote Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Dressing aus Essig, Senf, Honig, Salz und Pfeffer mischen und dann das Öl einrühren. Anschließend über die Puffbohnen gießen und 20 - 30 Minuten marinieren lassen. Den Schafskäse in kleine Würfel schneiden. Die Basilikumblätter aufeinander legen, einrollen und so in feine Streifen schneiden. Vor dem Servieren den gewürfelten Schafskäse und das Basilikum unterheben.



Foto: Heike Mohr



Foto: Heike Mohr