

HINTERGRUND

Urdinkel ist eine nicht mit Weizen gekreuzte alte Schweizer Dinkelsorte. Die jungen Triebe werden von März bis Juni von Hand geschnitten. Angebaut werden bei uns die Varietäten «Ostro» und «Oberkulmer Rotkorn».

INHALTSSTOFFE

Urdinkelgras enthält besonders viel Chlorophyll. Frisch püriert, lassen sich daraus proteinreiche Powerdrinks zubereiten – Sonnenenergie pur. Der Grassaft schmeckt am besten angereichert mit Fruchtsaft «on the rocks».

**HALTBARKEIT**

Frisch geschnittenes Urdinkelgras ist im Kühlschrank zehn Tage haltbar (5 °C) und lässt sich gut einfrieren, am besten in Eiswürfelformen. Daraus lassen sich Glaces, Sorbets und Suppen zubereiten.

Wenn sie noch jung und saftig sind, kann Klaus Böhler nicht widerstehen. Dann wird der Biobauer aus Seuzach zur Kuh: Er pflückt ein paar Gräser vom Feld, isst sie genüsslich und mmm(u)ht anerkennend: «Leicht süsslich, grasig, Sonnenenergie pur.» Da Urdinkelgras viel Chlorophyll enthält, sind Böhlers Zähne nach einem solchen «Weidegang» leicht hellgrün. Doch das stört den Biobauern nicht: «Ich lebe von der Fähigkeit der Pflanzen, Sonnenlicht in Chlorophyll zu verwandeln, das ist der Lebenssaft der Natur.»

Böhler ist einer der wenigen Biobauern in der Schweiz, die Urdinkelgras anbauen. Erstaunlich, denn aus den Gräsern lassen sich erstklassige Powerdrinks zubereiten. Hiltl und tibits machen es vor: Von Mai bis Juli bieten die beiden Vegi-Betriebe «Green Power»-Säfte an, frisch gepresst aus Urdinkelgras aus Seuzach. Auch Albi von Felten im Hirschen in Erlinsbach hat im Sommer Urdinkelgrassäfte im Angebot: «Wir pürieren das Gras mit Apfelsaft, sieben es ins Glas und servieren

Urdinkelgras-Saft on the rocks

Text und Foto: Martin Weiss

den Drink on the rocks. Auf Wunsch pepen wir den Drink noch mit Absinth auf. Die Grüne Fee passt wunderbar zum smaragdgrünen Gras.» Albis Geheimtipp sind Sorbets aus Urdinkelgrassaft, die wegen der knallgrünen Farbe auch die Kinder lieben.

Ein Grund dafür, dass man Urdinkelgras bei uns kaum kennt: Das Gras muss biologisch angebaut werden, damit es keine Pestizide enthält. Zudem muss es von Hand geschnitten und rasch verarbeitet werden. Klaus Böhler erntet jeweils am Montag, am Dienstag gehen die Gräser in den gewünschten Mengen auf die Post. Der Saft lässt sich auch mit einer Saftpresse herstellen, was zu einem homogenen, faserfreien Saft, aber auch zu Abfall führt. Beim Pürieren wird das

ganze Gras verwertet, die gesunden Ballaststoffe kommen mit ins Glas. Dies führt zu einem feinen, luftigen Schäumchen. – Nur eines kann man mit diesem Gras (noch) nicht: Man kann's nicht rauchen. «Doch das kommt noch», ist Böhler überzeugt.

Nicht nur mit dem Urdinkelgras hat der Biobauer Neuland beschritten: Als Einziger in der Schweiz baut er auch Edamame-Sojabohnen an, die sich hervorragend als Snack eignen: Die Schoten werden kurz im heissen Wasser gekocht. Gegessen werden nur die Erbsen, die man aus den Schalen quetscht, direkt in den Mund. Auch diese kleinen, knallgrünen Chlorophyll-Bomben schmecken vorzüglich und haben einen hohen Nährwert. Und: Sie stammen selbstverständlich aus fairer, sauberer

Produktion. Die Sämlinge kommen nämlich aus einem Demeterbetrieb aus der Romandie.

Klaus Böhler wohnt mit seiner Frau Monika und zwei Buben in Seuzach bei Winterthur. Schon sein Grossvater war Landwirt und baute Zuckerrüben an. Heute prangen die Schilder von Bio Suisse, Demeter und Urdinkel am Scheunentor. Zum Kundenkreis gehören Gastrounternehmen, aber auch viele Privatkunden. Urdinkelgras und Edamame kann man bei Klaus Böhler direkt bestellen (Mail auf der Website) und per Post nach Hause liefern lassen. Das Gras kommt vakuumiert, 500 Gramm kosten inkl. Porto und Verpackung CHF 45.00. Das Gras ist im Kühlschrank 10 Tage haltbar. Infos: urdinkelgras.ch und biosuisse.ch

Martin Weiss ist Kulinarikforscher und Autor der Buchreihe «Urchuchi». In seinem jüngsten Buch widmet er sich den ProSpecieRara-Sorten. Das Buch wurde vom Club Prosper Montagné als bestes Gastrobuch 2012 ausgezeichnet. Infos: urchuchi.ch