

«Am besten direkt vom Baum»

Feigen reifen in Zentralschweizer Gärten überraschend süss heran. Dennoch werden sie hier nicht im grossen Stil angebaut.

VON SUSANNE BALLI

Frisch vom Baum, kurz bevor sie explodieren, sind sie ganz einfach fantastisch», schwärmt Peter Burri. Der Wirt und Chefkoch des Restaurants Maihöfli in Luzern ist vor allem von der Fruchtigkeit der Feigen angetan. Kein Wunder, zaubert Burri in seinem Gault-Millau-gekrönten Restaurant denn auch immer wieder gerne Feigen-Gaumenfreuden auf den Teller (siehe Box) – am liebsten natürlich mit Feigen aus der Region.

Dass die süssen Früchte in der Zentralschweiz tatsächlich zu hervorragender Qualität heranwachsen, bestätigt Beat

«Die Qualität von Zentralschweizer Feigen ist gut.»

BEAT FELDER, DIENSTSTELLE
LANDWIRTSCHAFT
KANTON LUZERN

Felder von der Dienststelle Landwirtschaft und Wald des Kantons Luzern. «Die Qualität von Zentralschweizer Feigen ist gut. Sie sind süss und aromatisch.» Auch die Erträge seien vielversprechend. Feigenbäume, die zur Familie der Maulbeergewächse gehören, wachsen laut Felder «besonders gut im Rebbauklima». Ideal seien Lagen am See, zum Beispiel rund um den Vierwaldstätter- und Zugersee, weil ein See ausgleichend wirke und im Winter weniger Frost drohe.

Nischenprodukt

Die Pflanzungen von Feigenbäumen in der Zentralschweiz stecken aber noch in den Anfängen, eigentliche Feigenkulturen gibt es nicht, und einheimische Feigen werden auch nicht im grossen Stil vermarktet. Was Feigenbäume näm-

lich nicht vertragen, sind eisige Temperaturen. «Unter minus 15 Grad sterben sie ab», sagt Felder. Für den Anbau eignen sich darum nur kälteresistente Sorten. Die Kälteempfindlichkeit sei einer der Gründe, warum Feigen hierzulande nicht im grossen Stil angebaut würden, sagt Felder. Dazu komme ein logistisches Problem. «Wenn sie reif sind, sind sie extrem empfindlich und schwierig zu transportieren. Zudem müssen sie rasch konsumiert werden.» Dennoch sei die Feige ein optimales Nischenprodukt auf regionalen Märkten, in Hofläden und für Lieferanten der Gastronomie.

Was den Boden anbelangt, sind Feigenbäume anspruchslos. Er sollte laut Felder nicht zu nährstoffreich sein und keine Staunässe aufweisen. Was Feigenbäume zudem brauchen, ist ein heller bis sonniger Standort und eine geschützte Lage. Es sind kaum Krankheiten und Schädlinge bei Feigenbäumen bekannt.

Wer das Glück nicht hat, frische Feigen vom Baum im eigenen Garten pflücken zu können, muss auf importierte Feigen zurückgreifen. Diese stammen von September bis November aus der Türkei und Frankreich, in den Wintermonaten aus Südamerika und im Sommer aus Spanien und Italien.

Mythenumrankte Frucht

Die Feige ist eine mythenumrankte Frucht. Schon die alten Griechen haben ihr eine aphrodisierende Wirkung zugesprochen. Der Feigenbaum war Dionysos, dem Gott des Weines und der Fruchtbarkeit, gewidmet. In der Bibel ist die Feige die erste namentlich erwähnte Pflanze im Paradies, hinter dessen Blätter Adam und Eva voller Scham ihre Nacktheit verbargen, nachdem sie vom Baum der Erkenntnis gegessen hatten.

Jahrtausendlang waren Feigen ein wichtiger Bestandteil der Ernährung in Mesopotamien,

Palästina, Ägypten und Griechenland. Die Früchte waren so beliebt, dass sie getrocknet als Hauptnahrungsmittel galten. Im Gegensatz dazu fristen Feigen heute bei uns ein stiefmütterliches Dasein. Viele können sich nicht für Feigen begeistern, wohl auch wegen ihres körnigen Innern. Im Laden oft teuer und manchmal unreif, weil importiert, lassen darum viele ihre Finger von frischen Feigen. Zu Unrecht.

Raffiniert kochen

Feigen können in der Küche unglaublich raffiniert eingesetzt werden. Nicht nur als Konfitüre, sondern auch in Salaten, als Vorspeise, zum Beispiel in Kombination mit Schaf- oder Geisskäse, als Komponente in Hauptgerichten und als Protagonist in süddigen Desserts sind Feigen eine Delikatesse. Zudem lassen sie sich zu flüssigen Spezialitäten wie beispielsweise Likör, Sirup und Essig verarbeiten. Und gerade jetzt harmonisiert ihr milder bis honigsüßer, würziger Geschmack und ihre dunkelvioletten Farbe ausgezeichnet zu herbstlichen Gerichten.

Die Feige selber ist gar keine Frucht, sondern eine so genannte Scheinfrucht.

«Das, was man für die Früchte des Feigenbaumes hält, sind eigentlich geschlossene Blüten, in der sich unzählige einzelne Blüten befinden», erklärt Beat Felder. Sie können nur durch die Feigengallwespe bestäubt werden, deren Lebenszyklus eng an die Feigenentwicklung gebunden ist. Die heute kultivierten Sorten bilden aber Früchte ohne Bestäubung.

Feigen sind nicht nur vielfältig einsetzbar, sondern auch gesund. Sie enthalten Vitamin A, B und C, wie auch Kalzium, Kalium, Magnesium, Phosphor und Eisen. Durch den hohen Anteil an Ballaststoffen regen Feigen zudem die Verdauung an. Wenn man frische Feigen pur geniessen will, löst man die essbare aber oft zähe Schale vorsichtig mit einem Messer ab. Oder aber man halbiert die Feigen und löffelt sie aus oder schneidet Viertel.

Wegen dem honigsüßen, würzigen Geschmack und der dunkelvioletten Farbe passt die Feige perfekt zu herbstlichen Gerichten. GETTY

REZEPTE

Feigen rezent und süss

Feigen mit Geisskäse und Rohschinken ist eine wunderbare Vorspeise und passt gut zu einem Salat.

Zutaten (für 4 Personen): 4 Feigen; 8 Scheiben Rohschinken (dünn geschnitten); 100 g Ziegenfrischkäse; 2 TL Lavendelhonig.

Zubereitung: Die Feigen waschen, trockentupfen, im Kreuz ein-, aber nicht durchschneiden. Mit jeweils 2 Scheiben Schinken den unteren Teil der Feigen umwickeln und auf ein Backblech setzen. In die Mitte der Feigen etwas Ziegenkäse geben und mit Lavendelhonig beträufeln. Wenig Meersalz darüber streuen. Die Feigen unter dem Backofengrill 5 bis 6 Minuten bei 200 Grad grillieren.

Dessert

Das Rezept Feigentartelette mit Rosmarin und Fleur de Sel stammt von Peter Burri, Chefkoch des Restaurants Maihöfli in Luzern.

Zutaten (für 4 Personen): 8 frische Feigen; Butterblätterteig; ½ dl Portwein; 1 Zweig Rosmarin; Butter; Puderzucker; Fleur de Sel.

Zubereitung: Zwei Feigen in kleine Würfel schneiden und mit dem Portwein zu einem Kompott einkochen, auskühlen lassen. Ausgewallter Blätterteig zu 4 Rondellen à 8 Zentimeter Durchmesser ausstechen, auf Backpapier legen und mit einer Gabel einstechen. Kompott auf die 4 Blätterteigrondeellen verteilen. Restliche Feigen in Schnitzen kreisförmig auf das Feigenkompott legen. Eine Butterflocke auf die Tartelettes setzen und mit wenig gehacktem Rosmarin und Fleur de Sel bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 240 Grad Unterhitze und 180 Grad Oberhitze knusprig backen. Mit Puderzucker bestäuben und anrichten.

Konsum-Tipps

● Darauf sollte man achten: Frische Feigen sind sehr druckempfindlich. Sie sollten rasch verzehrt werden. Man kann sie im Kühlschrank frei nebeneinanderliegend und abgedeckt wenige Tage lagern, das Aroma geht aber rasch verloren.

● Je dunkler die Farbe der Feigen, desto reifer und weicher sind die Früchte, aber auch umso süsser. Ideal zum sofortigen Genuss – oder zum Ausprobieren eines Feigenrezepts. Es lohnt sich!