

Europa schmecktnach

Gundermann:



Salzwiesen-Aroma: Der Forager Yun Hider und Aiste Gazdar vom Londoner »Wild Food Café« pflücken Keimelde auf der Isle of Sheppey

Kann eine **Landschaft** den Gaumeln kitzeln? Und wie, finden **Forager**. Sie sammeln, kochen und essen **wilde Pflanzen** wie das fast überall in Europa wachsende Gewürzkraut **Gundermann** – ein globaler Trend, dem es um **Nachhaltigkeit** geht, um Geschmacks- und neue Naturerlebnisse. Eine **kulinarische Expedition** in den Stadtschungel **Londons**, auf eine Insel in der **Themse** und in den **Spandauer Forst**

TEXT PAUL-PHILIPP HANSKE FOTOS MAREK VOGEL



Schön scharf: Wilder Meerrettich wuchert auf feuchten Wiesen, oft neben Brennnesseln



Als wir über die Brücke auf die Isle of Sheppey fahren, steigt die Panik des Hungers in mir auf. Die Insel befindet sich rund 100 Kilometer von London entfernt im Mündungsgebiet der Themse. Von Hecken geteilte Felder liegen hinter schiefen Natursteinmauern, die vor dem salzigen Wind schützen, Cottages kauern hinter alten Obstbäumen. Und über all dem spannt sich ein dramatischer Himmel. Mir wird klar, dass ich in dieser Rosamunde-Pilcher-Idylle keine Bäckerei finde. Ich werde heute wohl tatsächlich nur Blätter, Beeren und Wurzeln essen.

Einige Wochen zuvor: Ein Freund nimmt mich mit zum Dinner »Into the Wild« der in Berlin lebenden Künstlerin Anne Duk Hee Jordan. Sämtliche Mobiltelefone sind gezückt, die Instagram-Accounts glühen. In einer Halle sitzen die Gäste an Tafeln, deren Tischdecken mit

Kresse bewachsen sind. Auf den »tables vivantes« liegen essbare Pflanzen, Blätter, Rüben, Knollen. Dann tritt Anne Duk Hee Jordan auf, 39 Jahre alt, Mütze auf dem Kopf, abstrakte Tätowierungen auf den Armen, und erklärt, worum es geht. Wir essen heute Abend nur »Wild Food«, also gesammelte, nicht kultivierte Pflanzen. Vergessene Aromen sollen wieder angeeignet werden. Vor jedem Gang erzählt die Konzeptkünstlerin etwas, zum Beispiel über die Nachtkerze, deren gekochte



Liebt das »Unberechenbare, Unkontrollierbare« der Natur: Wild Food-Artist Anne Duk Hee Jordan in ihrem Berliner Garten



»Was die wenigsten Waldgänger wissen: Auch Baumpilze sind essbar, der Schwefelpoling etwa schmeckt gebraten nach Hähnchen«

Könnte Wasserpfeffer sein: Forager Jonathan Hamnett (l.) und der Autor Paul-Philipp Hanske auf Schatzsuche im Spandauer Forst

Vom Gewächs zum Häppchen: Der von ihm selbst gepflückte wilde Meerrettich kommt bei Joel Gazdar in der Küche unters Messer



Wurzel in einer Vinaigrette serviert wird. Sie schmeckt wie eine Mischung aus Rübe und Schwarzwurzel, frisch, knackig. Vor 100 Jahren war das Gemüse noch ein hoch angesehenes Lebensmittel, für nahrhafter erachtet als Ochsenfleisch.

Wild Food liegt im Schnittpunkt zweier Trends. Da ist zum einen die kulinarische Seite: Vor gut zehn Jahren fingen Starköche wie der Däne René Redzepi, Küchenchef und Mitbesitzer des Restaurants »Noma« in Kopenhagen, an, ihre Gerichte mit wild wachsenden Zutaten wie Sauerklee zu verfeinern. Zum anderen entdeckten junge Leute die Großstadt als Biotop. Kochbücher wie »Essbare Stadt« sorgten für Aufsehen. »Urban Gardening« heißt der Trend. Gemeinsam bewirtschaften die Naturfreunde Brachflächen, ernten herrenlose Apfelbäume ab oder halten Bienen, das aktuelle Lieblingstier urbaner Hipster. Wild Food ist das kulinarische Symbol für dieses nachhaltige

Leben im Einklang mit der Natur, mit einer minimalinvasiven Ernährung, die unser durch Zucker, Fett, Salz und Aromen verkümmertes Geschmacksbewusstsein erweitern soll. Zugleich ein aufregender Weg, eine Landschaft in verdaulichen Häppchen kennenzulernen.

London, Covent Garden

Meine erste Forschungsreise auf der »wild side« führt mich ausgerechnet in den Stadtdschungel Londons, zu Joel und Aiste Gazdar, 37 uns 30 Jahre alt. Beide betreiben das »Wild Food Café« in Covent Garden, wo die Metropole noch mittelalterlich eng ist. Da gibt es streng vegane Kost, mit einem Fokus auf wild wachsenden Pflanzen. Extravagante Frisuren sieht man hier, weite Hosen, bunte Hemden, viele Apple-Produkte. Neben dem Essen serviert das Restaurant – mit

Kochkursen, Yoga- und Meditationsseminaren – einen Lebensstil, ist Zentrum einer weltweiten Bewegung. In Spanien wie in Kanada, in Kopenhagen wie in Neuseeland wird frisch gesammeltes Obst und Gemüse als das heiße Ding gefeiert.

Mit Aiste und Joel fahre ich auf die Isle of Sheppey: Dort beginnt eine der Touren, die das Café anbietet. Foraging heißt so viel wie »Nahrung suchen«, konkret bedeutet es: in die Natur gehen und Pflanzen sammeln. »Unser Essen ist uns heute völlig abstrakt«, sagt Joel. »Seitdem ich mein Essen erst einmal suchen muss, genieße ich es mehr als je zuvor.« Dummerweise aber bin ich ganz anders. Keine zwei Stunden halte ich ohne Snack aus. Ausgerechnet an diesem Morgen hatte ich es versäumt, mir Vorräte anzulegen. Nur ein zerknautschtes Snickers fördere ich aus meiner Tasche zutage, aber ich traue mich nicht, dieses verdichtete Stück Industriefraß auszupacken.

ANZEIGE
1/1 HOCH, RECHTS
213MM × 270MM

Isle of Sheppey

Im Schrittempo fahren wir nach anderthalb Stunden erst über die Brücke, dann über die engen, kurvigen Straßen der Insel. »Hier war es«, ruft Aiste. Hinter einer Mauer aus Naturstein zieht Joel ein hüfthohes Gewächs mit fleischigen Blättern aus der Erde. Er kostet eines davon, es schmeckt süßlich, leicht kohlartig und nussig. Aber eigentlich geht es um die Wurzel. »Wilder Meerrettich«, erklärt Aiste. Joel verstaut ihn in einem Plastikbeutel. Er wird ihn am Abend mit ins »Wild Food Café« bringen, wo die Köche dann mit ihm eine Suppe würzen.



Nicht nur auf den Tellern bunt: das »Wild Food Café« in Covent Garden

BEIM PARKPLATZ EINES PUBS WARTEN WIR AUF YUN, EINEN IN DER SZENE SEHR BEKANNTEN WALISISCHEN FORAGER. Der Pub hat geschlossen, keine Chance für Snack-Einkäufe. Dafür zeigt mir Joel einen Busch. »Weißdorn«, sagt er. »In England heißt die Pflanze auch bread and cheese, weil die Beeren und Blätter nach Käse schmecken.« Die Beeren sind noch nicht reif, also steckt er sich ein Blatt in den Mund und macht dabei ein Gesicht, als koste er eine Praline. Ich tue es ihm gleich. Es schmeckt schrecklich: eine Art sehr holziger, sehr bitterer, sehr grüner Salat. Hätte ich doch ein echtes Käsebrot.

Dann braust Yun in seinem alten Toyota heran. Noch vor Morgengrauen ist er in seiner Heimat Wales losgefahren. Er überrollt uns quasi mit seiner Vitalität und seiner Freundlichkeit. Trotz seiner grauen

Haare sieht man ihm seine 49 Jahre nicht an, mit großen Händen, bärenhaften Bewegungen und dem ständig lachenden Gesicht wirkt er wie ein großes Kind. Yun wurde schon in eine alternative Szene hineingeboren. Seine Mutter war ein Blumenkind der ersten Stunde, sie benannte ihren Sohn nach dem chinesischen Wettergott.

Vor etlichen Jahren, nach einer Karriere als Tänzer in einem Club auf Ibiza, zog er nach Wales, um dort seiner Leidenschaft, dem Sammeln von Kräutern, Beeren, Wurzeln und Pilzen nachzugehen. Er beliefert neben den Londonern die wichtigsten Köche Europas mit Wild Food, etwa den »Noma«-Chef René Redzepi. Auch für

Iak-Keilmelde. Die Blätter knirschen zwischen den Zähnen, sie sind weich und doch knackig. Yun schaut mich neugierig an. Die Keilmelde schmeckt sehr salzig, genau wie ich es mag. Und auch etwas butterig, wie dünne Scheiben von Avocado – nur besser. Yun erklärt, dass sea purslane eine der wenigen Pflanzen sei, die die essenziellen Fettsäuren EPA und DHA synthetisieren können, die sonst vor allem in Fisch vorkämen. »Für dich wichtiger dürfen sein, dass du dich daran schnell satt essen kannst«, fügt er hinzu.

DAS MACHE ICH. AUF EINMAL LEUCHTET MIR DAS PRINZIP FORAGING VÖLLIG EIN:

Salzwiese, Sturmflut, Nordsee, Themsemündung: Das alles liegt nun auf meiner Zunge. Ich durchwandere die Landschaft nicht nur, ich erfahre sie nicht nur mit Augen und Ohren. Wie kleine Kinder sich alles in den Mund stecken, um das Leben zu begreifen, erfasse ich nun die Isle of Sheppey: Sie schmeckt nach Salzwiese, Nordee, Sturmflut und Fischöl.

Yun, Aiste und Joel sammeln weiter die Salwiesengewächse, neben der Keilmelde auch Meerfenchel, Strand-Sode und ein Gewächs, dessen botanischen Namen Yun nicht kennt, von dem er nur weiß, dass es volkstümlich salty fingers heißt. Dabei gehen die drei behutsam vor. Sie pflücken nie eine Pflanze kahl. Auch bedanken sie sich vorher leise bei jedem Gewächs. Auch ich bin der Keilmelde dankbar. Händeweise esse ich ihre salzigen, fischigen Blätter – und bin satt.

Die wilden Pflanzen werden in den nächsten Tagen die Gerichte im »Wild Food Café« bereichern. Yun stapft mit hochgekrempelter Hose hinaus in den Schlick, auf der Suche nach essbaren Algen und Seegräsern. Aiste und Joel widmen sich ihrer zweitwichtigsten Aufgabe: dem Fotografieren. Aiste kauert zwischen Heidekraut, sammelt kleine Sträuse und beißt in die Salzwiesenpflanzen, Joel fotografiert sie. So naturnah und zivilisationsmüde sich die Wild-Food-Szene gibt – Instagram ist das wichtigste Tool: Die Pflanzen und ihre Sammler werden in Szene gesetzt, die zubereiteten Speisen aufwendig dekoriert – #wellbeing, #plantfood, #foodlove, #lovefood sind die Stichwörter. Auch unser Dinner erscheint auf Instagram: wilder Quinoa, grüner Spargel, mir unbekannte Pilze und die gesammelte Keilmelde.

ANZEIGE
1/1 HOCH, RECHTS
213MM × 270MM

B

erlin, Spandau

Jonathan Hamnett, Brite in Berlin, folgt derselben Religion namens Wild Food. An einem Spätsommernorgen nimmt mich der 32-Jährige mit in einen Wald in der Nähe von Spandau. Die Stadt ist nur wenige Kilometer entfernt, aber bis auf den gedämpften Lärm einiger Flugzeuge im Landeanflug auf Tegel lässt sie nichts von sich hören. An den Rändern des schlammigen Weges, im dornenbewehrten Unterholz, liegen die Stämme von toten Kiefern, in verschiedenen Stadien der Verrottung. Dazwischen Sümpfe und Tümpel, so dicht mit Entengrütze bewachsen, dass sie wie sehr glatte, kurzgeschorene Wiesen wirken.



Arrangiert im Londoner »Wild Food Café«, gesammelt am Meer: Salat mit Portulak-Keilmelde und europäischem Queller

JONATHAN BEWEGT SICH DURCH DIE WILDNIS WIE DURCH SEIN WOHNZIMMER. »Es gab Tage, da war ich jeden Tag hier«, sagt er. »Mein Haus wurde saniert, die Bauarbeiter fingen um 7 Uhr mit dem Presslufthammer an, also suchte ich das Weite, oft vor Sonnenaufgang.« Manchmal rannte er schlaftrunken in ebenso

schläfrige Rehe, wurde von Wildschweinen gejagt, deren Geruch er dabei kennengelernt. »Du denkst, die riechen muffig. Aber Wildschweine riechen nach Liebstöckel!«, ruft er. Seine Füße stecken in selbstgeschusterten Sandalen, am Gürtel baumelt ein Messer, das er selbst geschmiedet hat.

PLÖTZLICH BIEGT ER INS DICKICHT AB. Vor einer altersschwachen Weide bleibt er stehen und stochert mit dem Messer in ein braunes, labbriges Gebilde am Stamm. »Das ist ein Schwefelporling, leider nicht mehr genießbar.« Was die wenigsten Waldgänger wissen: Auch Baum-Pilze sind essbar, der Schwefelporling etwa hat in England den Beinamen »chicken of the woods«, gebraten schmeckt er wie Hähnchen.

Vor zehn Jahren zog Jonathan aus Manchester nach Berlin und baute die berühmten Prinzessinnengärten mit auf, jenes Hybridgebilde aus Gemüsegärtnerei, Restaurant und botanischem Schulungszentrum mitten in Kreuzberg – dem deutschen Hotspot des »urban gardening«. Heute bietet er Foraging-Touren an, etwa für Barkeeper, die neue, aufregende Zutaten für Drinks von ihm erfahren. Als er meine vom Pilzschleim schmutzigen Hände sieht, führt mich ein entzückter Jonathan zu einem unscheinbaren Kraut und weist mich an, dessen Blätter mit Wasser aus einem Entengrützeturm zu verreiben. Es entsteht ein sehr feinporiger, grüner Schaum. Meine Hände sind nachher quietschend sauber. »Seifenkraut«, kommentiert Jonathan.

Er erklärt mir seine Mission: Stadtmenschen einen Sinn für die Natur, die sie umgibt, zurückzugeben, indem er sie diese schmecken lässt – und dazu Geschichten von Pflanzen erzählt. Etwa vom

Labkraut, mit dessen borstigen Stielen die Bauern früher Viehhaare aus der Milch fischten. »Es stellte sich heraus, dass die Milch dabei gerinnt und man Käse aus ihr machen kann, also dass das Kraut als Lab verwendet werden konnte.« Er reicht mir das glatte Blatt eines unscheinbaren Sumpfkrauts, zieht es aber schnell wieder zurück. »Nein«, sagt er, »nimm nur ein halbes.« Verunsichert stecke ich es in meinem Mund. »Kauen!« sagt Jonathan. Es dauert etwa zehn Sekunden, dann weiß ich, was gespielt wird. Der Was-

serpfeffer ist scharf, sehr scharf, aber auf seltsame Weise. »Die Schärfe entsteht über ganz andere Substanzen als beim Pfeffer, beim Senf oder bei Chili. Im Mittelalter nahmen die Armen Wasserpfeffer zum Würzen. Ich mach das heute auch.« Oft veranstaltet Jonathan mit seinen Foraging-Gästen ein Wild-Food-Picknick, meist im Herbst, wenn Früchte und Pilze reif sind. Oder im Frühjahr, dann sind die Triebe jung und lecker.

Jonathans Lieblingsort zum Sammeln liegt allerdings nicht im Grünen, sondern mitten in der Stadt: der Park am Gleisdreieck, »einer der Orte mit der höchsten Biodiversität, die ich kenne. Auf den ersten Blick wirkt das neu angelegte Terrain steril. Junge Bäume, wenig Grün, kaum Buschwerk. Saubere Wege führen durch mit dem Lineal gezogene Wiesen. Aber die Stadt habe vor wenigen Jahren Schotter, mit Humus vermischt, aufgeschüttet. Zwar sieht die Gegend aus wie der pflegeleichte Kiesgarten einer Vorstadtvilla, sei aber ein »überraschendes Biotop«.

Wir gehen vorbei an einem großen Feld Stechapfel, ein giftiges, stark halluzinogenes Kraut. »Auch eine wichtige Pflanze, aber nichts für Foraging-Touren«, sagt Jonathan. Auf einer der Schotterwiesen hält er an und zieht eine wilde Karotte aus dem Boden: eine dünne, weiße Wurzel, in der das ganze Aroma einer großen Karotte steckt. Auch Wermut gibt es, Jonathan sammelt ihn hier für Berliner Destillen. Dann schleust er mich zu einer dicht bewachsenen Wiese an einer Hecke. Vor einem unscheinbaren Kraut kniet er nieder, pflückt es, riecht daran: »Das ist Gundermann, ein Gewürz, das seit Jahrzehnten kaum mehr jemand verwendet. Vor Jahrhunderten braute man Bier damit.«

ER LASST MICH KOSTEN. ES SCHMECKT BITTER, MEDIZINISCH, MINZIG, FRISCH. VÖLLIG UNGEWOHNT UND DOCH SELTSAM VERTRAUT. »Die allermeisten Gewürzpflanzen, die heute bei uns wachsen, Thymian, Petersilie, auch Knoblauch, wurden in den letzten 2000 Jahren aus dem Süden importiert«, erklärt Jonathan und sieht dabei aus wie Parzival, der den Gral gefunden hat. »Nicht so der Gundermann. Schon in der Steinzeit würzte man damit. Genau so schmeckt also Mitteleuropa. Nach Gundermann.«

ANZEIGE

1/1 HOCH, RECHTS
213MM × 270MM