

# Handout zur Praxisschulung: Alte Gemüsesorten und Saatgut

Gefördert durch:



[www.in-form.de](http://www.in-form.de)

# ALTE GEMÜSESORTEN UND SAATGUT

## Übersicht

- Samenfest und Hybridsaatgut
- Situation Weltmarkt
- Alte Sorten
- Vorteile alter Sorten
- Fazit/Handlungsempfehlungen

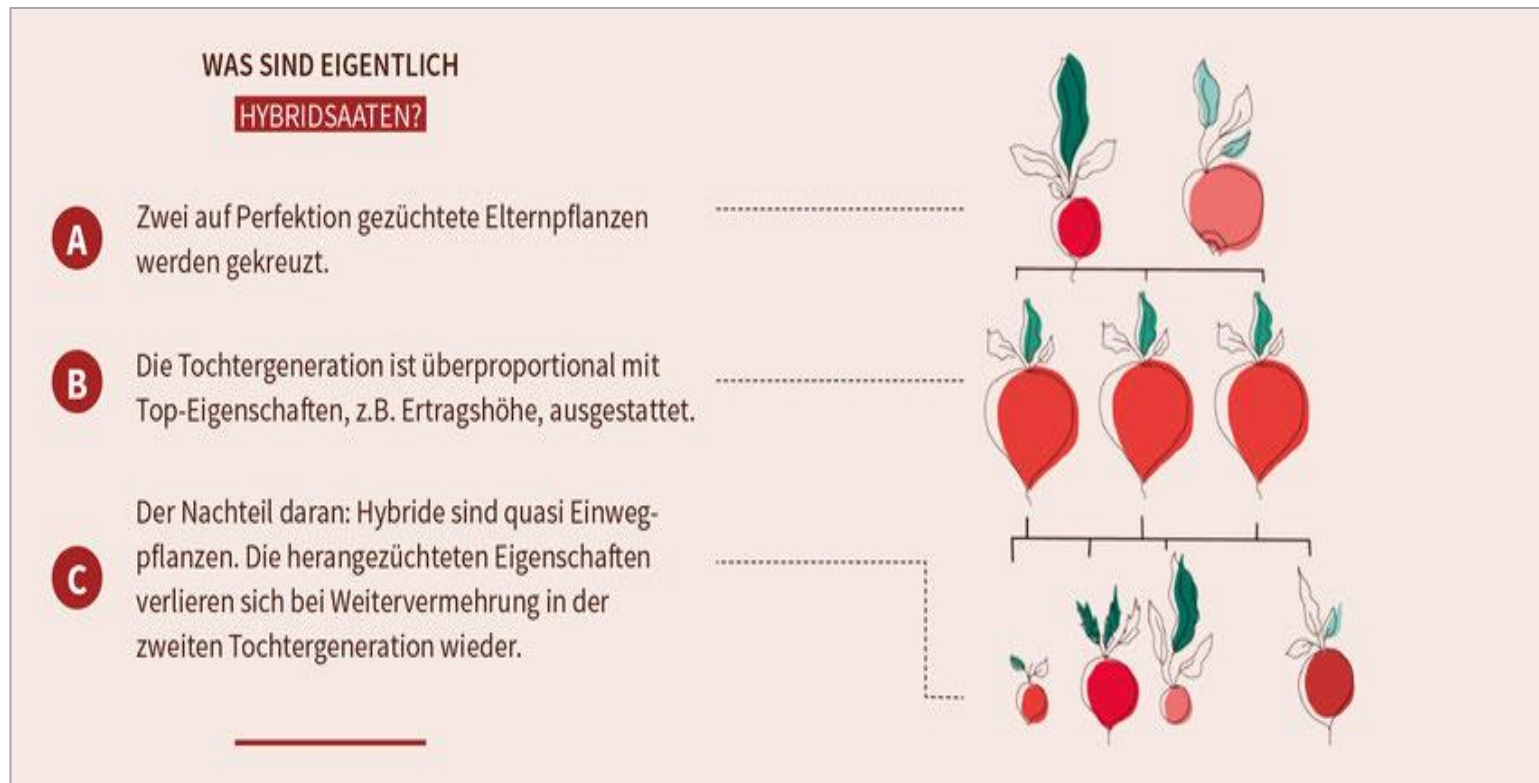
## DEFINITION SAMENFEST UND HYBRIDSAATGUT

### Samenfestes Saatgut

- Kultursorten werden angebaut, geerntet und ein Teil der Ernte wird einbehalten, um diesen im nächsten Jahr wieder einzusetzen.
- Voraussetzung dafür ist die Nachbaufähigkeit, also die natürliche Weitergabe der Erbanlagen. Dies funktioniert mit samenfestem Saatgut.

# DEFINITION SAMENFEST UND HYBRIDSAATGUT

## Hybridsaatgut



## SITUATION WELTMARKT

- 94 % des Saatgutes sind weltweit unwiederbringlich verschwunden. Damit wird auch die Grundlage der Ernährungsvielfalt immer kleiner.
- Die konventionelle Landwirtschaft konzentriert sich auf Hochleistungssorten (Hybrid), die mit Hilfe von Dünger und Pestiziden nahezu weltweit angebaut werden können.
- Landwirte, die Hybridsaat ausbringen, müssen immer wieder neues Saatgut kaufen, um beständige Qualität sicherstellen zu können. Das schafft Abhängigkeit von Saatgut-Firmen und verhindert planvolle Züchtung.
- Die Vielfalt genutzter Sorten und Arten ist dabei verloren gegangen. In der Landwirtschaft werden aber viele Sorten mit unterschiedlichen Eigenschaften gebraucht, um damit auf Herausforderungen, z.B. durch den Klimawandel, reagieren zu können.

## ALTE SORTEN



Gurkensorte Berliner Aal

Bildquelle: Bundessortenamt 2020



Weißer Bete

Bildquelle: Gartenrot



Zwiebelsorte Mailänder braune Riesen

Bildquelle: Bundessortenamt 2020

### **Alte Gemüsesorten**

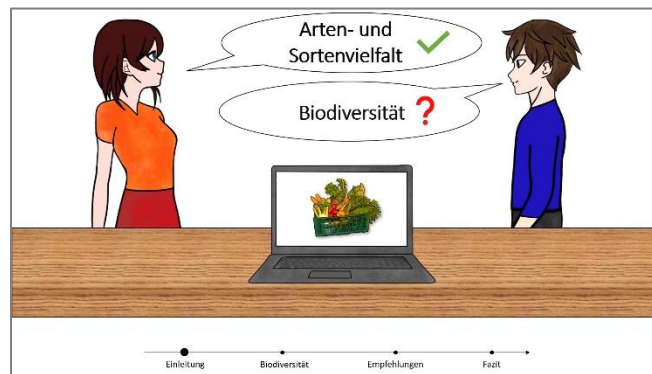
bezeichnen samenfeste  
Sorten, die historisch im  
Anbau waren und derzeit  
nicht auf dem weltweiten  
Saatgutmarkt verfügbar  
sind.

## VORTEILE ALTER SORTEN

- wesentliche Quelle von genetischer Vielfalt für die zukünftige Pflanzenzüchtung
- Erhalt alter Sorten wirkt dem Verlust an Vielfalt entgegen
- Anbau alter Sorten fördert die biologische Vielfalt
- bringen eine Wiederbelebung der Geschmacks-, Farben- und Formenvielfalt
- sind ein kulturelles Erbe

## TIPP

**Erklärvideos** zu Arten- und Sortenvielfalt sowie Biodiversität in der Modul-Box verfügbar!



## FAZIT

### Handlungsempfehlungen

- Ökologisch erzeugtes samenfestes Saatgut und/oder daraus gezogene Jungpflanzen für Garten, Balkon und Gewächshaus kaufen.
- Eigene Saatgutgewinnung: Samen aus samenfesten Kulturen selber ziehen.
- Beim Einkauf von Lebensmitteln samenfeste und alte Sorten nachfragen/bevorzugen.

## QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

- Initiative „Kernkraft? Ja, bitte!“:

<https://www.biomarkt.de/oekozeugung>

- SaatGut-Erhalter-Netzwerk Ost:

<https://alte-gemuesesorten-erhalten.de/>

- Gartenrot-Saatgut:

<https://www.gartenrot.com/weisse-bete-samen.html>

- Verein zur Erhaltung und Rekultivierung von Nutzpflanzen:

<https://vern.de/erhaltungsarbeit/>

- Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde:

<https://www.hnee.de/de/Fachbereiche/Landschaftsnutzung-und-Naturschutz/Forschung/Forschungsprojekte/Aktuelle-Projekte/ZenPGR/Zchterische-Erschlieung-und-Nutzbarmachung-pflanzengenetischer-Ressourcen-durch-on-farm/in-situ-Erhaltung-und-Positionierung-von-Produkten-im-Bio-Lebensmitteleinzelhandel-ZenPGR-K6260.htm>

## Autor

Constantine Youett

Fördergemeinschaft Ökologischer Landbau Berlin-Brandenburg e.V.

<https://www.bio-berlin-brandenburg.de/>

### Über IN FORM

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter [www.in-form.de](http://www.in-form.de).

Gefördert durch:



[www.in-form.de](http://www.in-form.de)

## Nachhaltig Kochen mit der regional-saisonalen Bio-Abokiste

### Bunte Bete-Kartoffel-Salat (ca. 20 Probierportionen à 50 g)



Menge	Zutat	Arbeitsschritt
250 g 250 g 1 TL 1 TL 2 TL	Rote Bete Gelbe Bete Piment Kümmel, ganz Jodsalz	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ waschen, beide Sorten in unterschiedliche Kochtöpfe geben und mit kaltem Wasser aufgießen</li> <li>○ aufkochen, Gewürze auf die beiden Töpfe aufteilen und ca. 40 Minuten köcheln lassen</li> <li>○ abgießen, pellen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden (ggfs. Handschuhe tragen)</li> </ul>
500 g 3 ½ TL	Kartoffeln, festk. Lorbeerblätter Jodsalz	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ waschen und in einen Topf mit kaltem Wasser geben</li> <li>○ aufkochen, Gewürze zugeben und ca. 20 Minuten kochen</li> <li>○ abgießen, pellen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden</li> </ul>
2 1 mittelgroße	Knoblauchzehen Zwiebel	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ schälen und fein hacken bzw. Zwiebel in kleine Würfel schneiden</li> </ul>
1 EL 1 TL 80 g	Rapsöl Kümmel, ganz Kürbiskerne	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ in einer Pfanne erhitzen und Kümmel anrösten</li> <li>○ Zwiebel und Knoblauch zugeben und goldbraun anschwitzen</li> <li>○ zuletzt Kerne kurz mitrösten</li> </ul>
1 Bund	Petersilie	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ waschen, zupfen, in feine Streifen schneiden</li> </ul>
4 EL 6 EL Prise Prise	Balsamico, weiß Olivenöl Jodsalz Pfeffer	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ mit allen o.g. Zutaten vermengen und Salat abschmecken</li> </ul>

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle  
Kita- und  
Schulverpflegung  
Berlin e.V.



Technische  
Universität  
Berlin



Fördergemeinschaft  
Ökologischer Landbau  
Berlin-Brandenburg e.V.

Mehr Bio in Stadt und Land

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

www.in-form.de

## Nachhaltig Kochen mit der regional-saisonalen Bio-Abokiste

### Kürbissuppe mit Apfel

(ca. 20 Probierportionen à 80 ml)



Menge	Zutat	Arbeitsschritt
1,3 kg 250 g 150 g	Hokkaido-Kürbis Äpfel Karotten	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ alles waschen</li> <li>○ Kürbis und Äpfel halbieren oder vierteln, entkernen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden</li> <li>○ Enden der Karotten abschneiden und ebenfalls in ca. 2 cm große Stücke schneiden</li> </ul>
100 g	Zwiebeln	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden</li> </ul>
1 EL	Rapsöl	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ in einem Topf erhitzen</li> <li>○ Zwiebel anschwitzen, Gemüse und Äpfel dazu geben und ca. 5 Minuten anbraten</li> </ul>
1 Liter ½ TL Prise Prise	Gemüsebrühe Jodsalz Pfeffer Muskat	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ in den Topf geben und aufkochen lassen</li> <li>○ Gewürze zugeben und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist</li> <li>○ heiße Suppe pürieren</li> </ul>
2 EL 2 EL	Kürbiskerne Kürbiskernöl	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ in einer Pfanne ohne Fett anrösten</li> <li>○ Öl zusammen mit den Kernen zur Suppe reichen oder zum Dekorieren verwenden</li> </ul>

### Nachhaltige Rezept-Variationen:

- **Statt Äpfel:** Je nach Saison Birnen oder Quitten verwenden.
- **Statt Karotten:** Je nach Saison Rote Bete, Pastinaken oder Lauch verwenden.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle  
Kita- und  
Schulverpflegung  
Berlin e.V.



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

## Nachhaltig Kochen mit der regional-saisonalen Bio-Abokiste

### Sautierter Palmkohl

(ca. 10 Probierportionen à 40 g)



Menge	Zutat	Arbeitsschritt
3	Knoblauchzehen	○ schälen und in feine Scheiben schneiden
500 g	Palmkohl	○ waschen, entrippen und in ca. 2 cm große Streifen schneiden
1 EL	Rapsöl	○ in einem Topf erhitzen und Knoblauch darin glasig anschwitzen ○ Kohl dazu geben und kurz anbraten
100 ml	Gemüsebrühe	○ in den Topf geben und alles mit Deckel ca. 5 Minuten garen ○ Deckel entfernen und restliche Flüssigkeit verkochen lassen
2 EL Prise Prise	Apfelessig Jodsalz Pfeffer	○ Kohl abschmecken

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages