

UN- ENDLICH KOSTBAR

Safran gilt als das Gold der Küche. Da wir bei der Ernte dabei sein durften, wissen wir, warum er das teuerste Gewürz der Welt ist.



- 1 Die Blüten des Safran-Krokus kommen über Nacht aus der Erde. Sie müssen frisch gepflückt werden.
- 2 Das Herauszipfen der roten Narben aus den Blüten erfordert Konzentration und Genauigkeit. Für ein Gramm Safran sind eineinhalb Stunden Ernte- und Zupfarbeit nötig.



Wer denkt bei Safran an das Burgenland? Safran, das ist Orient und würziger Reis, duftende Fischsuppe und leuchtend gelbes Hefengebäck. Safran ist so teuer, dass er in Zehntelgramm gehandelt und verwendet wird. Noch vor knapp hundert Jahren galt österreichischer Safran als der beste Europas. Anfang des 20. Jahrhunderts verschwand der Krokus von den heimischen Äckern. Der Burgenländer Hannes Pinterits baut seit zwei Jahren wieder Safran an. In Klingebach, nahe der ungarischen Grenze, steht sein Feld. Von außen sind die wertvollen eineinhalb Hektar nicht zu erkennen. Schützender Mais wächst rundherum, um die zarten Krokusblüten vor dem Wind zu schützen. Pinterits ist kein Landwirt, sondern war 16 Jahre lang Leiter der Volksgruppenredaktion des ORF Burgenland. Aus purer Leidenschaft für den Safran hat er im Sommer 2006 dieses riskante Projekt gestartet.

ERNTE MIT KREUZWEH

Im Oktober 2007 – einen Monat früher als im Vorjahr – begann die zweite Ernte. Die Blüten des *Crocus sativus*, so der lateinische Name, kommen buchstäblich über Nacht aus der Erde. Zwei, drei Tage sind sie dann

pfückreif. Nur bei trockenem und nicht zu sonnigem Wetter wird vormittags geerntet. Dafür gehen rund zwanzig Pflückerinnen und Pflücker wie bei einer Lawinensuche in einer Reihe Meter für Meter des Feldes ab. In gebückter Haltung werden die zartlila Blüten abgezwickelt und in Körben gesammelt. Noch am selben Tag müssen die roten Narben – die Safranfäden – herausgezupft werden. Jede der im frischen Zustand elegant duftenden Blüten hat drei, in ganz seltenen Fällen bis zu sechs Narben. Sie sind an einem gemeinsamen gelben Griffel in der Blüte angewachsen. Beim pannonischen Safran kommt in der Tradition des besten Safrans Europas wie vor hundert Jahren nur höchste Qualität ohne diesen Griffel in den Handel. Die drei Narben landen beim Zupfen auf einem weißen Porzellanteller, der auch nach einer Stunde nur bodenbedeckt rot ist. Die aufwändige Handarbeit macht Safran, je nach Lohnniveau des Herkunftslandes, so unglaublich teuer. Für ein Kilo getrockneten Safran werden rund 150000 Blüten benötigt, Hannes Pinterits schätzt sogar bis zu 200000. Nach dem Zupfen werden die Narben sofort getrocknet, wobei sie vier Fünftel ihres Gewichtes verlieren. Erst nach mehreren

Wochen bis Monaten entwickeln sie den charakteristischen Duft und Geschmack.

URALTE KULTURPFLANZE

Mesopotamien oder Kaschmir im Himalayagebiet galten bisher als wahrscheinliche Ursprungsländer des Safrans, nach neuerer Forschung wird aber Kreta vermutet. Safran kommt heute meistens aus dem Iran, aus Indien und Marokko, Griechenland und Spanien. Auch in Italien und in der Schweiz wird er nach wie vor kultiviert. Safran ist eine der ältesten Kulturpflanzen der Welt. Im Alten Testament wird er ebenso genannt wie auf ägyptischem Papyrus oder in der griechischen und römischen Mythologie. Demnach soll Safran dort wachsen, wo sich Juno und Jupiter geliebt haben. Auch in der griechischen Version – der *Ilias* von Homer – hat Hera ihr Bett mit Safran geschmückt, um Zeus zu empfangen. Safran wird aphrodisierende Wirkung zugeschrieben. Sein erdiger, edel-herber Duft und Geschmack mit der schweren Süße ist intensiv und lang anhaltend. Er färbt selbst in extremer Verdünnung noch leuchtend gelb. Wegen dieser Farbe und seiner Inhaltsstoffe – er wirkt appetitanregend, stärkt das Herz, regt Menstruation und Stoffwechsel an und stimmt heiter und



3



4

KULINARIK Safran

von Katharina Seiser



5

- 3** Der Burgenländer Hannes Pinterits baut pannonischen Safran an – zum ersten Mal wieder seit 100 Jahren in Österreich.
- 4** 150.000 bis 200.000 Safranblüten werden für ein Kilo getrockneten Safran benötigt.
- 5** Jede Blüte enthält drei Narben, das sind die Safranfäden.
- 6** Erst beim behutsamen Trocknen und Reifen entwickelt der Safran sein intensives Aroma und den herb-süßlichen, unverwechselbaren Geschmack.



6

Essen ist Genuss. Speisen mit Safran sind besonders sinnlicher Genuss.

aus www.pannonischer-safran.at

gelassen – wird er hoch geschätzt und vor allem im Winter gerne verwendet. So symbolisiert er die Sonne in den Speisen, an der es an kalten und kurzen Tagen oft mangelt. Dafür braucht es aber nur kleinste Mengen (einige Fäden, das sind rund 0,1 Gramm), denn in hoher Dosierung (ab mehreren Gramm) kann Safran sogar tödlich wirken.

LICHT UND SCHATTEN

So schön er auch leuchtet, Safran hat schon immer auch jene angezogen, die mit Fälschungen schnell zu Geld kommen wollen. Mehreren Studien zufolge sind 90 Prozent des im Handel befindlichen Safrans gefälscht oder zumindest gestreckt. Von Ringelblumenblüten über Färberdistel und Wollfäden bis hin zu Plastik- und Fleischfasern werdenherangezogen und keine Mühen gescheut, die KonsumentInnen zu täuschen. Pulverisierter Safran ist kaum zu überprüfen, er kann mit Paprika, Kurkuma oder Curry zum Teil oder ganz ersetzt wor-

den sein. Safran bester Qualität – wie es der pannonische Safran auch heute wieder ist – zeichnet sich durch dunkelrote Fäden, die an einer Seite dicker werden und winzige Einkerbungen aufweisen, aus. Er verströmt einen typischen, herb-würzigen, in hoher Dosierung medizinischen Geruch und färbt Wasser intensiv gelb.

FAST VERGESSENES WISSEN

Safran wird nicht einfach über Gerichte gestreut wie Petersilie oder mitgekocht wie Gewürznelken. Sein Aroma entfaltet sich ganz im Gegenteil am besten, wenn er in wenig lauwarmem Wasser eingeweicht wird. Man lässt das »Gold in der Küche« über Nacht oder mindestens ein paar Stunden stehen, so können sich die Inhaltsstoffe am besten lösen. Wer ihn zuvor ein wenig mörsert, erhöht die geschmackliche Essenz und muss nicht so lange warten. Dieses färbende und aromatisierende Safranwasser gibt man erst gegen Ende der Kochzeit zu den Gerichten. Wenn dann burgenländische Fischsuppe, Risotto alla milanese, spanische Paella, indisches Biryani, Safranbirnen oder duftendes Safrangebäck auf dem Tisch stehen, ist kostbarer Genuss garantiert. ■

SAFRAN AUS ÖSTERREICH

PANNONISCHER SAFRAN

Seit 2006 wird im Burgenland wieder Safran angebaut. Infos über Geschichte, Anbau, Qualität und Verwendung und gute Rezepte sind auf www.pannonischer-safran.at zu finden. Dort kann man den heimischen Safran auch kaufen, solange die Ernte reicht. Pannonischen Safran gibt es als Fäden in schönen Dosen oder verarbeitet als Safranpralinen, Kamut-Safran-Kekse, Safrannudeln oder Marillen mit Safran. Infos auch online: www.uni-raz.at/~katzer/germ/Croc_sat.html

BUCHTIPP

Das einzige deutschsprachige Safrankochbuch ist von Susanne Fischer-Rizzi. Bevor sie über 70 erlesene Rezepte für Suppen, Fisch, Fleisch, Reis, Teigwaren, Desserts, Gebäck und Getränke aus aller Welt vorstellt, widmet sie sich den Themen Kultur, Anbau, Qualität, Handel, Fälschungen, Wirkung, Anwendung. **Gold in der Küche. Das Safrankochbuch** Susanne Fischer-Rizzi, AT Verlag 2000 www.at-verlag.ch

KOSTBARE BRIEFCHEN

Safran in Fäden aus dem Iran (0,14 g in einem Briefchen) gibt es von Kotanyi, Safran in Fäden und gemahlen (je zwei Briefchen, in Summe 0,4 g) neu von Fuchs, www.merkur.at

