



Wer sich einen Baum wünscht, der im Frühjahr mit wunderschönen Blüten geschmückt ist und im August leuchtendgelbe Früchte hervorbringt, die noch dazu unvergleichlich duften und von denen man Köstliches kochen kann, der muss sich einen Quittenbaum pflanzen.

Die Quitte gehört zu der Familie der Rosaceae - der Rosengewächse. Sie gehört zu den ältesten kultivierten Obstarten der Menschheit und wurde bereits vor 4000 Jahren in Vorderasien angebaut. Im Lauf mehrerer Jahrhunderte gelangte die Pflanze über Kleinasien und Griechenland bis nach Südeuropa. Zu uns brachten sie dann schließlich die Römer. Und sie gedeiht noch weiter nördlich, in Großbritannien und sogar Skandinavien.

Die Quitte ist ein robustes Gewächs und stellt keine großen Ansprüche an den Standort. Als Regel gilt: Überall, wo ein Birnbaum gedeihen kann, wächst auch eine Quitte. Weder benötigt sie Schutz vor Pilzen noch besondere Schnittpflege. Quittenbäume wachsen zu drei bis sechs Meter hohen und breiten Gehölzen heran, sie haben also auch in

kleineren Gärten Platz.

Über 100 Jahre kann die Pflanze an Alter erreichen - und geht man in Bamberg auf dem Weg von der Residenz zum Michelsberg durch den Klostergarten, so begegnet man sogar einem ca. 120-jährigen Exemplar.

Obwohl man in den Baumschulen die Wahl hat zwischen birnen- und apfelförmigen Quitten, hat die Frucht doch immer die ihr eigene charakteristische Quittenform. Die meisten Sorten sind selbstfruchtbar. Ihre Blütezeit dauert von Mai bis in den Juni, so bleiben sie von den Spätfrösten verschont. Schnell trägt der strauchartige Baum Früchte, die regelmäßig jedes Jahr zahlreich an ihm reifen. Die



Jungfrüchte sind pelzig umhüllt und bräunlich. In ihrer Urheimat schützte sie dieser Flaum gegen die dortige große Hitze, wodurch sie sich auch für das Klima im Orient besser eignen als Äpfel- oder Birnensorten.

Nach alten Aufzeichnungen waren sie von jeher wichtig für die Ernährung, waren im Volksglauben verankert und hatten außerdem einen hohen Stellenwert in der Heilkunde.

In erster Linie werden Quitten entsaftet und zu Gelee verarbeitet. Man kann aber auch Marmelade und Quittenbrot daraus machen, sie einkochen, trocknen, einlegen und zu Tee sowie weiteren Brotaufstrichen verwerten.

Nutzen wir also die vielen guten Eigenschaften dieser Frucht und machen aus ihr gesunde Köstlichkeiten! Vor jeder Verarbeitung reibe ich die Quitten mit einem Tuch ab, um den Flaum zu entfernen. Um die Quitten mit dem Dampfensaftersaft zu entsaften zu können, müssen sie erst geviertelt werden. Das ist aber Arbeit für starke Männer! Ein Dampfensaftersaft ergibt ca. einen Liter Saft. Man

kann die Quitten auch zu einer Kelterei bringen und maschinell entsaften lassen. Hier ist die Ausbeute bedeutend größer, doch der Geschmack ist dann etwas anders.

Rezepte

Quittengelee

1800 ml Quittensaft, 2 Päckchen Gellierzucker 2 : 1, Gläser mit Twist-off-Deckel. Der Quittensaft kann auch mit Apfel- und Birnensaft gemischt werden.

Quittenlikör

2 Quitten (oder ¼ l Quittensaft), 100 - 300 g Zucker, 1 Stange Zimt, 2 Sternanis, 1 gestrichener EL Koriander, ¾ l Korn oder Grappa.

Quitten grob raffeln, in ein großes verschließbares Glas geben, darauf Zucker, die Gewürze und den Korn geben. 4 - 6 Wochen stehen lassen und regelmäßig durchschütteln, dann filtern und in Likörflaschen abfüllen. Nochmals ca. 4 Wochen in dunklem Raum stehen lassen.

Eine köstliche Nachspeise:

Quitteneis

2 Quitten, 125 ml Weißwein, 2 EL Zitronensaft, 1 Zimtstange, 2 Sternanis, Vanilleeis.

Quitten schälen, Kernhaus und "steinige Zellen" entfernen und in Spalten schneiden. Wein mit Zutaten und Gewürzen erhitzen, Quittenspalten darin ca. 10 - 15 Min. leicht kochen, abkühlen. (Eine größere Menge dieser "Gewürzquitten" wecke ich für meinen Wintervorrat in ½ l Gläsern ein.)

Auf einen großen Teller mit einem EL 2 "Nocken" vom Vanilleeis abstechen, mit Quittenspalten von ¼ Frucht belegen, Sahne dazugeben, wenig Saft darüber verteilen und mit Zimt überpulvern.

Quittenkäsesahnetorte

2 Quitten wie oben in Weißwein und Gewürzen kochen, abkühlen, dann abtropfen lassen. 3 Sahne, 4 Sahnesteif, 200 g Magerquark, 2 EL Zucker, Zimt, 2 gehäufte EL geh. Mandeln oder

Krokant. Biskuit von 6 Eiern backen, 2 mal durchschneiden.

Den unteren Boden mit Quitten-Käse-Sahne füllen, dazu Sahne mit Zucker und Sahnesteif schlagen, gut die Hälfte in eine Schüssel geben, Quark dazugeben, von den Quitten 1½ Früchte klein herschneiden und unter die Käsesahne heben. Den 2. Boden mit Quittengelee bestreichen, den 3. Boden daraufsetzen, die restliche Sahne verstreichen, mit Quittenspalten, Sahnepuffer und geh. Mandeln oder Krokant verzieren.

Zu Quitten passen gut: Äpfel, Birnen, Kürbis - und Weißwein sowie Grappa. Als Gewürze nehme ich gerne - je nach Verwendung: Sternanis, Zimt, Nelken, Koriander, Ingwer und Galgant. Zum Süßen eignen sich Zucker, Honig und Ahornsirup

Gesundheitselixier Quitte

Bereits in der Antike galt die ganze Pflanze - Holz, Rinde, Wurzeln, Blätter und Früchte - als wertvoll und wurde in der Medizin eingesetzt. Die Wirkung auf Atmungs- und Verdauungsorgane, Nieren und auf Schleimhäute war bekannt. Heute weiß man, dass Atmungsorgane, Herz und Blutgefäße, der Verdauungstrakt, die Haut und das Immunsystem durch rohe und verarbeitete Früchte günstig beeinflusst werden. Der Schleim, der sich aus den Kernen bildet, gilt als gutes Mittel Entzündungen zu heilen. Die Schleimstoffe lassen sich leicht sichtbar machen: Dazu 2 - 3 EL Kerne und Gehäuse über Nacht in kaltem Wasser ansetzen, diesen Ansatz dann ins Badewasser geben oder sich nach dem Baden damit einschmieren. In der Naturkosmetik werden Auszüge von Quitten gerne verwendet für Cremes, Gesichtswasser und -masken, als gutes Mittel gegen entzündete, unreine und trockene Haut.

Hildegard von Bingen (1098 - 1179) schrieb über die Quitte: "Die Frucht

ist warm und trocken und hat eine feine Ausgeglichenheit in sich, und wenn sie reif ist, verletzt sie, roh gegessen, weder Kranke noch Gesunde; gekocht und gedörrt aber hilft sie den Kranken und Gesunden."

"Wer vergichtet ist, esse fleißig die Quittenfrucht, gekocht oder gedörrt, und sie räumt mit dem Giftstoff so in ihm auf, daß die Gicht sich weder auf sein Nervensystem schlägt noch seine Gelenke zerstört oder angreift."

Leonhard Fuchs beschrieb 1543 in seinem Kräuterbuch die "Kütten" (Quitten):

"Der Küttenbaum ist dem apfelbaum nit seer ungleich / allein das er nit so groß würt / dann die frucht truckt den baum nider / und laßt in nit übersich wachsen. Sein blatt ist etwas schmal / und gegen der erden weißlecht. Die blüht purpurfarb mit weiß vermisch. Die Küttenäpfel ehe und sie zeitig werden / seind grün / darnach geel / mit weißer oder grauer wollen überzogen / und eins lieblichen geruchs."

Zur Heilwirkung schreibt Leonhard Fuchs: "Kütten seind den magen dienstlich. Die wolle so auff den Kütten wechst in wein gesotten und übergelegt / heylet Carbunckel." Ferner: "Die gekochten Kütten seind milder und lieblicher in der speis zu brauchen / und ziehen auch nit so seer zusammen als die rowen."

Apotheker Palow schreibt den Quittenkernen infolge der vielen Wirkstoffe eine Reizmilderung zu.

Der Quitte werden auch mystische Kräfte nachgesagt: Schon im Altertum galt sie als ein Symbol der Liebe, Fruchtbarkeit und stärkte schüchterne Liebhaber. Mit dem Quittengenuss verband man auch die Leiden und Freuden (roh oder gekocht gegessen) einer Ehe. Schwangere, die viele Quitten essen, sollen sinnreiche und geschickte Kinder gebären.

Neben den wertvollen Inhaltsstoffen machen das Aroma und der Duft den Beliebtheitsgrad der Quitten aus. Die Früchte werden gerne in Schalen auf-

gestellt, vor allem im Schlafzimmer. Die duftenden Früchte sollten die Götter der Nacht besänftigen, zwischen die Wäsche gelegt, Schädlinge vertreiben. (Vorsicht ist geboten, da ab Januar die Quitten schnell faulen können.)

Die Scheinquitte, eine verwandte Frucht, ist nicht nur botanisch, son-

dern auch von ihrem Nutzwert der "echten" Quitte ähnlich.

Viele finden die Quitte noch eher exotisch, doch Gärtner und Feinschmecker haben die Frucht mit den wertvollen Inhaltsstoffen schon lange für sich entdeckt.

*Sie aßen Berberitze und Quittenschnitze
zu zwei'n von des Tellers Rand,
und tanzten zusammen Hand in
Hand
im Lichte des Mondes am Strand.
Edward Lear*

Kanonikus Prof. Dr. Gmelch: Mitterfels, ein kleines Jerusalem

Im Jahre 1873 wählte ich, gehindert, eine größere Reise zu machen, das mir benachbarte Dorf - man könnte auch Marktflecken sagen, da ein Kgl. Landgericht und Rentamt sich dort befinden - Mitterfels bei Straubing zu einem zwölftägigen Sommeraufenthalt. Es war mir bekannt durch den lieblichen Perlbach, der sich durch ein enges, schluchtartiges Tal von Nordwest her vorbeizieht, durch unferne schattige Wälder und durch lohnende Fernsichtpunkte in die Donauebene und in den hinter ihm liegenden Bayerischen Wald. Es lohnte sich, in einen allerdings wenig belebten Ort sich zurückzuziehen, und schon um dieser ruhigstillen und anmutigen Natur wegen kann ich jedermann Mitterfels zu einem Besuch auf einige Tage empfehlen.

Aber ich wurde noch in ganz anderer und überraschender Weise belohnt. Eines Tages stieg ich vom Dorfe in das Tälchen hinunter und den gegen Osten sich hinziehenden Buchberg hinauf. An einer Mühle ging es vorüber; ein erster Absatz des Berges, mit Fichten bewachsen, zeigt die letzten Spuren der neuen Burg; höher hinan ist es baumfrei, ein Weiler oben krönt den Berg; und hier hat man den besten Blick auf Dorf und nächste Umgebung. Man sieht von hier die alte, auch histo-

risch nicht unbedeutende Mitterfeler Burg, jetzt Landgericht, die Brücke, die von ihr zur hübschen Dorfkirche führt, Schloß und Kirche je auf eigener Höhe, wie das ganze Dorf auf einem mehrfach eingeschnittenen Höhenplateau liegt; man sieht den Lauf des Kidronbaches - ich wollte sagen des Perlbaches - die Seiteneinschnitte, die von Westen her in das Haupttälchen sich ziehen; man sieht die übrigen Höhen, die da und dort in Süd, West und Nord sich erheben, bis im Süden die Donauebene, im Norden der hohe Gallner den ganz hübschen Fernblick abschließen.

Da stand ich, und es war mir, wie wenn ich eine ähnliche Gegend und Lage schon einmal, sei es in Wirklichkeit oder im Bilde und in Beschreibung, gesehen hätte. Da kam mir wie geflogen der Gedanke: Das ist Jerusalem im Kleinen! Und es ist so: Ich prüfte, die Spaziergänge der nächsten Tage ordnend, die ganze Lage von

Mitterfels durch und fand nicht nur Schlag auf Schlag die Analogien und Ähnlichkeiten der typischen Lage, sondern - was freilich nur Zufall ist - selbst Parallelismen in den Wohnstätten, welche die Menschen hier aufgeschlagen.

Überzeugt von diesem mikrokosmischen Charakter des nicht weit bekannten Dorfes, wollte ich mir doch nicht alles glauben und suchte eine Bestätigung, die ich auch erhielt. Ein tüchtiger Lehrer der Geographie an einer Mittelschule traf nach einigen Tagen im Dorfe ein und nahm die schärfste Prüfung meiner ihm vorgebrachten Entdeckung vor. Er entwarf einen Situationsplan der ganzen Gegend, verglich später denselben mit den genauesten Plänen der Lage Jerusalems und fand schlagend alles bestätigt. Zwei Pläne, der von Jerusalem und jener von Mitterfels, im gleichen Format ausgeführt, wurden auch von uns beiden im Pfarrarchive zu Mitterfels niedergelegt,

daß es nicht vergessen werde, welche eigentümliche geographische Perle Bayern an Mitterfels besitzt.

*Veröffentlicht 1876 in
"Deutscher Hausschatz"*

*Mitterfels - das
„kleine Jerusalem“*

*(Verlag Hans Stolz,
Mitterfels, 1937 -
von Chr. Jakob zur
Verfügung gestellt)*

