

„Essenszeit im Hildesheimer Land“ geht mit dem Kürbis an den Start

Die Idee eines neuen Projektes: ein Nahrungsmittel – viele Restaurants – vielfältige Rezepte

Von Thomas Wedig

Kreis Hildesheim. Der Kürbis hat den größten Auftritt des Jahres schon hinter sich: Zu Halloween war er die Hauptfigur, zumindest in ausgehöhlter Form. Das Köstlichste verbirgt sich allerdings unter der Kürbisschale – und das soll den ganzen Winter über immer wieder im Mittelpunkt stehen. Unter dem Titel „Essenszeit im Hildesheimer Land“ serviert nämlich eine Reihe von Restaurants eigene Kürbis-Kreationen.

Die Essenszeit ist ein Projekt verschiedener Partner unter dem Dach der Veranstaltungsreihe „Rosen und Rüben“. Mit im Boot sind die berufsbildende Walter-Gropius-Schule, der Verband „Wir Gastgeber“, in dem Ausbildungsbetriebe zusammengeschlossen sind, und der Verein Hi-Land, der sich für die Vermarktung von regionalen Produkten einsetzt. Die sollen nämlich eine zentrale Zutat der Essenszeit sein. Und zwar nicht nur für eine Saison – der Kürbis ist quasi nur der Anfang. Auch in den folgenden Jahreszeiten soll jeweils ein Nahrungsmittel im Fokus stehen, das regional, saisonal und gut lieferbar ist. Was im Rahmen des Projektes „Essenszeit“ serviert wird, ist in den beteiligten Gaststätten auf einem Einleger-Blatt in der Speisekarte zu erkennen. Darauf steht, welches Nahrungsmittel aktuell ins Scheinwerferlicht gerückt wird, und der Name des Gerichtes, zu dem das jeweilige Restaurant den Rohstoff veredelt hat.

„Wir sind erst am Anfang einer Vision“, heißt es dazu in einer Mitteilung des Netzwerkes Kultur und



Carsten Scholl, Küchenchef im Hildesheimer Novotel, hat eine Kürbissuppe kredenzt.

FOTO: JULIA MORAS

Heimat Hildesheimer Land, das als Veranstalter auftritt, „mit der Essenszeit wollen wir einen nachhaltigen Beitrag für die Region leisten

und deren Ressourcen und Potenzial sichtbar machen.“ Das bezieht sich zum einen auf das, was in der Region wächst und produziert wird:

„Mit dem Projekt werden Produkte erlebbar“, sagt Magdalena Zimmermann von Hi-Land. Es solle mehr Menschen zeigen, was die Region an leckerer Vielfalt zu bieten habe. Gelebte Regionalität bedeutet im Umkehrschluss, auch mal auf Lebensmittel mit großen Transportwegen zu verzichten: „Das heißt zum Beispiel ganz konkret: kein Orangensaft mehr auf dem Frühstücksbüfett“, nennt Kerstin Fehsecke-Keller vom Landhaus Heidekrug bei Diekholzen eine mögliche Konsequenz. Schließlich wachsen Orangen noch nicht im Hildesheimer Land, auch wenn der Klimawandel es mittlerweile nicht mehr als völlig utopisch erscheinen lässt.

Die Projektpartner erhoffen sich von der „Essenszeit“ indes auch mehr Nachwuchs für gastronomische Berufe und ein Heilmittel

gegen den aktuellen Personalmangel. „Wir wollen jungen Menschen zeigen, wie attraktiv eine Ausbildung in der Gastronomie ist“, sagt Gerd Gläsner, der das Projekt als Berater der Agentur für Arbeit begleitet. Angehende Fachkräfte sollen wieder eine Verbindung zu regionalen Produkten aufbauen, erwartet Rafael Meyer von der Walter-Gropius-Schule von dem Vorhaben: „Deshalb entwickeln wir mit ihnen auch neue Rezepte.“

Welche Gaststätten sich mit eigenen Kreationen an der „Essenszeit im Hildesheimer Land“ beteiligen, ist unter www.rosenundrueben.de aufgelistet. Weitere Partner, die mitmachen möchten, sind willkommen und können sich per E-Mail an essenszeit@netzwerk-kultur-heimat.de melden.

Der Kürbis: die größte Beere der Welt

Der Kürbis ist die größte Beere der Welt – denn rein botanisch ist er kein Gemüse, wie viele vermuten, sondern gehört zur Gattung der Beerenfrüchte. Unter den Lebensmitteln wird er allerdings als Gemüse eingeordnet – unter anderem wegen der fehlenden Säure. Seefahrer brachten die Samen Ende des 15. Jahrhunderts aus Süd- und Mittelamerika nach Europa. Heu-

te gibt es in der Familie der Kürbisgewächse weltweit etwa 800 verschiedene Arten. Zu den beliebtesten gehören in Deutschland der Hokkaido- und der Muskatkürbis. Neben Speisekürbissen gibt es auch Zierkürbisse. Die sehen zwar schön aus, sind aber nicht zum Verzehr geeignet, weil sie den Bitterstoff Cucurbitacin enthalten. Die kräftige orangefarbene Farbe vieler Kür-

bisse kommt durch ihren hohen Gehalt an Beta-Karotin, einer Vorstufe für Vitamin A. Kürbisse enthalten außerdem viele Ballaststoffe, weitere Vitamine und Mineralstoffe. Während das Fruchtfleisch recht kalorienarm ist, gilt das für die Samen nicht – sie enthalten etwa 23-mal so viele Kalorien. Winterkürbisse sollten bei möglichst kühlen Temperaturen zwischen 10 und

15 Grad Celsius gelagert werden, so halten sich einige Sorten bis zu acht Monate lang. Den Rekord als größter Kürbis der Welt hält ein Exemplar, das vor drei Jahren bei den Kürbis-Europameisterschaften in Ludwigsburg auf die Waage kam: Er wog knapp 1,2 Tonnen, der Züchter des Riesen ist der Belgier Mathias Willems. tw