

10.000 Jahre altes Getreide Emmer in Feuchtwagen und Umgebung

Auf den Äckern unserer Region wächst wieder das uralte Kulturgetreide Emmer. Jahrzehntlang von ertragsreicheren „Intensiv-Getreidesorten“ verdrängt, hat die Regionalinitiative Artenreiches Land – Lebenswerte Stadt e. V. den Emmeranbau wieder zum Leben erweckt. Hinter dem Projekt steht eine regionale Allianz aus Jagd, Landwirtschaft, Naturschutz und Gewerbe. Die Emmeranbauflächen werden extensiv bewirtschaftet und unterstützen die Vernetzung von Ackerland und ökologischen Ausgleichsflächen. Eine wichtige Voraussetzung, um bedrohten Tieren wie Rebhuhn und Feldhase ein langfristiges Überleben zu sichern.

Ein gesundes Getreide

Das eiweißreiche Emmerkorn enthält viele wertvolle Antioxidantien und Vitamine sowie einen hohen Anteil an Mineralien- und Ballaststoffen. Vor allem bei Eisen, Zink und Magnesium erreicht der Emmer höhere Werte als der gewöhnliche Weizen. Aus Emmer werden vielfältige Roh- und Halbfertigprodukte angeboten: Körner, Grieße, Mehle, Backmischungen oder Nudeln sind ideal zum Backen und Kochen. Oder genießen Sie Emmer - Produkte wie Brot, Kuchen und Kekse. Probieren Sie auch unser heimisches Emmer – Bier - naturbelassen und obergärig, mit einem kernigen-rustikalen Geschmack. Emmer - Produkte erhalten Sie in zahlreichen Geschäften unserer Region.

Emmer gehört kulturhistorisch zu den ältesten von den Menschen kultivierten Getreidearten. Die frühesten Funde datieren in das 9. und 8. Jahrtausend v. Chr. und stammen aus dem Nahen Osten. Emmer gelangte von Westpersien über Ägypten, Nordafrika, Spanien sowie über den Balkan nach Mitteleuropa. Hier war er während der ältesten Ackerbaukulturen (Bandkeramik ca. 4500 v. Chr.) die Hauptgetreideart. Noch in der frühen und späten Bronzezeit war Emmer die dominante Weizenart. Ab der Spätbronzezeit (um 1000 v. Chr) wurde er zunehmend von Dinkel verdrängt. Gebietsweise spielte er noch bis in die Jahrhundertwende nach Chr. eine wichtige Rolle.

Nach dem 2. Weltkrieg ist der Emmeranbau in Europa fast vollständig erloschen. Nur in wenigen strukturschwachen, vor allem gebirgigen Gebieten Italiens, Spaniens, Serbiens und Montenegros, sowie der Slowakei und Türkei wurde er vielfach im Gemisch mit Dinkel kultiviert.

Anfang des 20. Jahrhunderts verschwand der Emmer in Deutschland

vollständig. Seit ein paar Jahren wird er wieder vereinzelt angebaut. Die Anbaufläche betrug im Jahr 2000/2001 ca. 30 ha.

Emmer hat einen kräftigen, nussigen Geschmack. Emmer hat einen höheren Mineralstoffgehalt als moderne Getreidearten. Beispielsweise entsprechen die höchsten Eisengehalte des Weizens den niedrigsten des Emmers.



schwarzer Emmer

Photo: Katrin Klemme

Rezept für Emmerrotto:

Zutaten: 250 g Emmer (ganzes Korn)
1 Zwiebel
Knoblauch
50 ml Rotwein
1 ½ Tassen Gemüsebrühe
Speckwürfel
Pilze, kleingeschnittenes Gemüse
geriebener Käse

Zubereitung:

Emmer über Nacht einweichen, Zwiebel in Öl anbraten, eingeweichten Emmer dazugeben und mit Rotwein ablöschen, die Gemüsebrühe dazugeben und 20 min. köcheln lassen. In seperater Pfanne Speckwürfel, Knoblauch und Pilze anrösten und ca. 5 min dünsten. Alles zum Emmer dazugeben, fertig garen nach Belieben würzen. Zum Schluss etwas geriebenen Käse darunter ziehen.

Initiative ALLES- Feuchtwangen und Familie Binder, Emmeranbau
www.artenreiches-land.de



Emmerprodukte

Anmerkung der Redaktion:

Emmer, ebenso wie Wildkräuter sind viel gehaltvollere Lebensmittel als Ware aus dem Supermarkt. Sie schmecken intensiver, die Vitamine und Mineralstoffe sind stärker und daher benötigen wir davon viel weniger.