

Kloster St. Marienstern



Lausitzer Spargel

frische vom feld

Der Spargelanbau kann auf eine lange Tradition zurückblicken. Erstmals kultiviert wurde das königliche Gemüse der Familie "Asparagus" um 200 vor Christus von den Römern. Die ersten Anbaugebiete in Deutschland entstanden im 16. Jahrhundert. In der Lausitz wird im Landkreis Bautzen auf einer Fläche von 49,5 Hektar Spargel angebaut. Je nach Standortqualitäten werden dabei jährlich Erträge zwischen fünf bis acht Tonnen des beliebten Frühjahrsgemüses erzielt. Die Spargelbauern bemühen sich jedes Jahr um beste Qualität.

Vom Spargelfeld bis auf den Teller

Der Anbau von Spargel ist sehr arbeitsintensiv

- Vor der Pflanzung muss das Feld mit Humus angereichert werden.
- Zum Pflanzen werden Gräben gezogen, in die die Spargeljungpflanzen abgelegt werden.
- Spargel ist eine Dauerkultur, die acht bis zehn Jahre im Boden bleibt. Erst im dritten Jahr sind die Pflanzen kräftig genug und können abgeerntet werden.
- Damit der Spross beim Bleichspargel immer weiß bleibt, muss er ständig mit Erde bedeckt sein. Aus diesem Grund werden zu Beginn der Vegetationszeit die Dämme über den Pflanzen aufgehäufelt.
- Die Spargelernte ist Handarbeit. Der Spargelstecher erkennt an einem Riss an der Oberfläche, wo die zarten Stangen zu finden sind. Der weiße Spargel wird bei einer Länge von etwa 20 Zentimetern gestochen.
- Nach der Ernte wird der Spargel gewaschen, auf die genormte Länge abgeschnitten und anschließend direkt beim Erzeuger, auf dem Markt oder am Spargelstand verkauft.
- "Bis Johanni nicht vergessen, sieben Wochen Spargel essen!" Die Spargelsaison endet traditionell am 24. Juni, dem Johannistag. Denn die Pflanzen brauchen Zeit, um sich nach der Ernte wieder regenerieren zu können.







Spargel – der fitmacher des frühlings

Das erste Frühjahrsgemüse nach der kalten Jahreszeit erweist sich als regelrechter Vitaminspender. Besonders hervorzuheben sind dabei die Gehalte an den Vitaminen B1, B2 und Folsäure sowie an dem immunstärkenden Vitamin C. Überdies ist Spargel reich an Mineralstoffen und Spurenelementen.

Das Königsgemüse ist zudem sehr ballaststoffreich und regt dadurch auch unsere Verdauungs- und Darmtätigkeit an. Spargel enthält kein Fett und ist somit ein sehr leichtes, kalorienarmes Gemüse.

Nicht nur gekocht schmecken die zarten Stangen hervorragend. Als Rohkost enthält der Spargel zudem alle wertvollen Inhaltsstoffe.

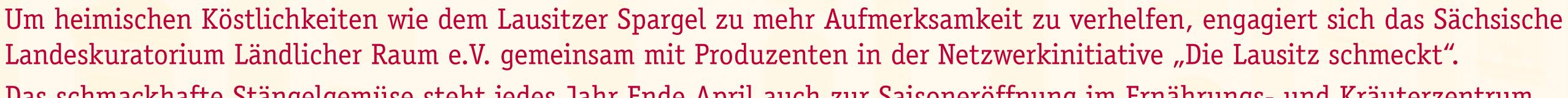


Die Stangen mit einem Spargelschäler unterhalb des Kopfes beginnend bis zum Ende schälen. Dabei sollte am Ende etwas dicker geschält werden.



Die Lausitz schmeckt - mit frischem Spargel

Morgens gestochen und mittags frisch auf den Tisch. Kurze Wege garantieren Frische und Qualität. Jeder zweite Spargel, der in Sachsen verzehrt wird, kommt direkt von heimischen Feldern. Auch in der Lausitz wird der überwiegende Teil des gestochenen Spargels direkt vermarktet.



Das schmackhafte Stängelgemüse steht jedes Jahr Ende April auch zur Saisoneröffnung im Ernährungs- und Kräuterzentrum im Mittelpunkt des Interesses. Zusammen mit dem Landesamt für Umwelt, Landwirtschaft und Geologie, Außenstelle Kamenz, erfolgt dabei der Start der Lausitzer Spargelsaison mit Markttreiben und buntem Programm.



Ernährungs- und Kräuterzentrum des Christlich-Sozialen Bildungswerkes Sachsen e.V. im Kloster St. Marienstern in Panschwitz Kuckau www.ekz-marienstern.de www.sachsen-geniessen.de