

TOPINAMBUR

Wissenschaftlicher Name: *Helianthus tuberosus*

Pflanzenfamilie: *Asteraceae* (Korbblütengewächse)

Unterfamilie: *Asteroideae* (Röhrenblütige Korbblütengewächse)

Weitere Namen: Erdbirne, Erdapfel, Erdartischoke, Knollensonnenblume, Zuckerkartoffel, Wildkartoffel, Jerusalemartischoke, Erdschocke, Ewigkeitskartoffel, Erdsonnenblume, Kleine Sonnenblume, Hirschkraut und Indianerknolle.

Herkunft: Die Topinambur ist in Nordamerika von Ontario, Saskatchewan bis Georgia und Arkansas beheimatet und wird dort von den Indianern als Gemüse und Viehfutter verwendet. Nach Europa kam die Pflanze Anfang des 17. Jahrhunderts durch französische Seefahrer. In Frankreich benannte man die Pflanze mit ihren unterirdischen Knollen nach dem Indianerstamm der Topinambus. Als Gemüserarität gelangte die Topinambur von Frankreich nach Deutschland und in andere europäische Länder. In der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde sie jedoch von den Erdäpfeln fast völlig verdrängt. Erst nach 1945 erlebte die Topinambur wieder eine kurze Blüte, um jedoch bald wieder in die Bedeutungslosigkeit zurückzusinken. Dass die Pflanze nicht ganz vergessen ist, verdankt sie Dr. G. A. Küppers, der 1947 die heutige Topinambur-Saatgutstation Niedersachsen in Müden gründete, wo neue und verbesserte Sorten gezüchtet wurden.

Heute wird Topinambur in Nordamerika, Russland, Asien, Australien und in einigen Gebieten Europas (z. B. Südfrankreich, Holland) angebaut. Als Gemüsespezialität oder als Wildfutter findet man Topinambur vereinzelt immer wieder.

Kultur: Die Vermehrung der Pflanzen erfolgt durch die Wurzelknollen. Im Frühjahr werden die Knollen etwa 10 cm tief ausgelegt. Baut man in Reihen an, sollte der Reihenabstand 60 bis 100 cm betragen. Die Knollen werden den Winter über im Boden belassen und nur je nach Bedarf geerntet. Eine besondere Pflege ist nicht notwendig. Die Pflanzen können auch mehrere Jahre hindurch am gleichen Ort stehen bleiben, man erntet ja nicht immer alle Knollen. Bis zu einer Pflanzenhöhe von einem halben Meter kann man die Pflanze mitsamt den Knollen noch versetzen. Da die Topinambur stark wuchert, ist sie keine typische Pflanze für das Gemüsebeet, sondern eignet sich eher für Randbepflanzungen entlang von Zäunen, Kompostplätzen u. ä.

Die Ernte beginnt im Oktober und kann bis in den folgenden Mai hinein andauern. Die Knollen sind frosthart, im Gegensatz zu den oberirdischen grünen Pflanzenteilen, und werden aus dem Boden genommen, wann man sie für die Küche benötigt. Um zu jeder Zeit an die Knollen heranzukommen, deckt man die Anbauflächen im Herbst mit Reisig, Stroh oder Laub ab. Knollen können auch in einer Erdmiete im Freien überwintert werden.

Düngung: Da die Topinambur eine anspruchslose Pflanze ist, bedarf sie auch keiner besonderen Düngungsmaßnahme.

Beschreibung: *Helianthus tuberosus* wird ebenfalls, wie ihre einjährige Schwester *Helianthus annuus*, zwei bis drei Meter hoch, besitzt gegenständig angeordnete herzförmige bis eiförmig-lanzettliche Laubblätter (nur die oberen Blätter sind wechselständig) und schöne, gelbe Blütenkörbe, die jedoch nur etwa 4 bis 8 cm im Durchmesser groß sind. Die Zungen der Zungenblüten sind etwa 2 bis 2,5 cm lang, die Röhrenblüten sind gelb. Die Kelchblätter sind schwärzlich-dunkelgrün und oft locker abstehend. Die Topinambur ist eine Kurztagspflanze und ein Wurzelkriechpionier. An den Wurzeln bildet die Pflanze Knollen aus, die in ihrer Form an Ingwer erinnern. Sie können sehr unterschiedlich gestaltet sein: buckelig, spindel-

förmig, rund, oval, birnen- oder apfelförmig oder ganz unregelmäßig. Die Form ist auch abhängig von der angebauten Sorte und der Struktur des Bodens. Die Knollen sind meist hell- bis dunkelbraun, es gibt aber auch violett gefärbte. Die Schale ist sehr dünn, daher werden die Knollen in der Regel auch nicht geschält. Das Knollenfleisch ist je nach Sorte entweder, weiß, gelblich, braun, rot oder sogar violett.

Wichtigste Inhaltsstoffe: Kohlenhydrate, Eiweiß, sehr wenig Fett (ca. 1%), Mineralstoffe (Kalium, Kalzium, Phosphor, Eisen, Natrium, Silizium), Provitamin A und Vitamine (B₁, B₂, B₆, D, C) und Inulin (ca. 16%).

Sorten, Varietäten, Formen:

Folgende Sorten werden hauptsächlich genutzt:

„Bianka“: früh, schwachwachsend, Knollen unregelmäßig, gelblichweiß, hoher Gehalt an Fruchtzucker (daher speziell für Diabetiker geeignet), schmeckt sehr gut.

„Gute Gelbe“: ähnlich wie „Bianka“, jedoch etwas stärker wachsend.

„Ro Zo“ oder „Rote Zonenkugel“: rote, runde Knollen, erst im Spätwinter zu ernten. Schmeckt weniger gut als „Bianka“ oder „Gute Gelbe“.

„Waldspindel“: spät mit länglichen, rotvioletten Knollen. Hoher Inulingehalt!

„Topianka“: mittelfrüh mit roten Knollen. Sorte für die Krautnutzung.

Vermarktung: Die Vermarktung der Knollen erfolgt nach Gewicht.

Lagerung: Eine Lagerung erübrigt sich, wenn man den Boden den Winter über abdeckt um jederzeit frische Knollen von Oktober bis Mai zu ernten. Die Knollen kann man im Freien auch in einer Miete frisch halten. Im Keller kann man sie kurzfristig in feuchtem Torf aufbewahren, im Kühlschrank am besten in einem Plastiksack.

Optimale Lagerbedingung: Bleiben die Knollen den Winter über im Boden, ertragen sie Kälte bis zu -15°C. Bei der Lagerung in Kühlhäusern, in Kühlschränken oder im Keller trocknen sie sehr rasch und welken.

Lagerungsdauer: Am Standort im Boden bis zum nächstjährigen Austrieb, ansonst wenige Tage bis zu zwei Wochen (hängt von der umgebenden Feuchtigkeit ab).

Pflanzenschutz: Gelegentlich werden die Pflanzen vom Falschen Mehltau (*Plasmopara helianthi*) befallen. Die Topinambur zieht Wühlmäuse an. Dies macht man sich auch manchmal zunutze um mit Topinamburpflanzen Wühlmäuse an einigen Stellen des Gartens anzulocken. Man hält sie damit vom Gemüsebeet fern und kann sie dort evtl. Mit Fallen fangen.

Hinweise: Die Knollen enthalten sehr viel Wasser, ca. 80% und schrumpfen daher sehr leicht, wenn man sie liegen lässt. Angewelkte Knollen erlangen wieder ihre Frische, wenn man sie einige Zeit in kaltes Wasser legt. Knollen, die auszutreiben beginnen, verlieren an Qualität.

Verwendung: Nach der Ernte die Knollen sorgfältig waschen und bürsten, damit alle Erdreste und evtl. Steinchen von den Knollen entfernt werden. Die dünne Haut muss nicht unbedingt abgeschält werden. Roh und fein geschnetzelt zu Salaten oder Rohkostgerichten schmeckt Topinambur am besten. Wie Kartoffeln sollten sie nie gekocht werden, sie verlieren an Geschmack. Geschnittene und zerkleinerte Knollen finden gebraten, gebacken, als Püree und in Suppen Verwendung. Der Geschmack ist süßlich, etwas nussartig. Sehr gut schmeckt auch ein Saft aus den Knollen. Durch den hohen Zuckergehalt wird aus den Knollen Fructose, Sirup,

Alkohol und Topinambur-Branntwein gewonnen. Die Knollen können aber auch zu Mehl vermahlen werden und wenn man sie röstet können sie auch als Kaffeeersatz dienen. Neben dem Anbau als Gemüsepflanze wird Topinambur auch als Wildfutterpflanze genutzt (für Rot-, Reh- und Schwarzwild), manchmal auch als Viehfutter (gehäckseltes und angesäuertes Kraut mitsamt den Knollen), als Bienenweide und als Rohstoff zur Schnapsgewinnung.

