

Gärtnerei Stoll
Im Bärengarten 1
60599 Frankfurt/Oberrad

Tel.: 069 / 478 609 99
www.gaertner-stoll.de
info@gaertner-stoll.de



AUF DEM WOCHENMARKT

Gesunde Schönmacher

GURKEN Ab 1. Juli dürfen sie wieder krumm wachsen / Landvariante äußerst beliebt / Geeignet auch für Feuchtigkeitsmaske

WIESBADEN. 20 Jahre lang musste eine Gurke innerhalb der EU gerade sein. Vom kommenden Mittwoch an darf sie sich nun auch krümmen – und das sogar mehr als die bisher per Gesetz festgelegten zehn Millimeter auf zehn Zentimeter. Denn die EU hat beschlossen, zum 1. Juli die Normungen für 26 Obst- und Gemüsesorten zurückzunehmen. Auf den Geschmack hat die Krümmung auch keinerlei Auswirkungen, weiß



Von Nicola Böhme

Barbara Dörhöfer-Precher am Stand der Gärtnerei Schäfer aus Schierstein. Eigentlich, so erklärt Jutta Hemmann, „wachsen Gurken dank der Schwerkraft gerade. Wenn ihnen jedoch auch nur ein kleines Blatt in den Weg kommt, dann weichen sie aus“.

Auf dem Markt werden derzeit drei Sorten angeboten: die lange Salatgurke (auch in Miniform erhältlich), die etwas kürzere Landgurke mit festerer und dunklerer Schale sowie die

kleinen Einlegegurken. Doch, so berichten viele Marktbesucher, habe die aromatischere und festere Landgurke der Salat-Schwester mittlerweile den Rang abgelaufen. Auch die Schiersteiner Markt-

frauen Jutta Hemmann und Ellen Schäfer verwenden für ihren „Pfeffertopf“ lieber Landgurken: „Man brät in einer Pfanne Hackfleisch mit Zwiebeln an. Die Gurke wird geschält, die Mitte herausgeschabt und das Fleisch in Halbmonde geschnitten, dann schmort man sie mit an. Mit grünen Pfefferkörnern aus dem Glas, Salz sowie Dill würzen, einen bis zwei Esslöffel Schmand dazu und das Ganze mit Kartoffeln servieren.“

Gurken sind vielseitig, ob als Salat, geschmort, gefüllt, als Suppe oder als Tsatsiki zum Dippen. Beschickerin Christel Esaias packt Gurkenscheiben zum Beispiel am liebsten aufs Wurst- oder Käsebrot. Ihre Tochter Heike Kern hobelt die

Landgurke in Scheiben und mischt sie als Salat mit einer Sauce aus Kräuternessig, Pfeffer, Salz, etwas Zucker und Dill. „Statt Öl verwende ich aber lieber Milch“, empfiehlt sie.

Marianne Lenz von der Gärtnerei Dornröschen zaubert für Gäste schnell kleine Gurken-



Gurken wachsen gerade nach unten, stellt sich ihnen jedoch ein Blatt in den Weg, werden sie krumm. Foto: Archiv/CMA

snacks: Gurke in Scheiben schneiden, mit der Spritztüte Frischkäse darauf verteilen und mit Dill garnieren. Karin Wojczik legt Gurken hingegen selbst ein, „dazu eignen sich allerdings nur die kleinen Einlegegurken, denn die sind trockener“. Für Salzgurken füllt sie ein Glas mit Gurken, übergießt diese mit kochendem Salzwasser (auf einen Liter Wasser zwei Esslöffel Salz) gibt Dill mitsamt Blüten sowie Knoblauch hinzu, verschließt das Glas und lässt es mindestens zwei Wochen kühl und dunkel stehen.

Gurken gehören zu den Kürbisgewächsen und bestehen zu mehr als 90 Prozent aus Wasser. Sie enthalten reichlich Mineralstoffe wie Kalium, Calcium und Eisen. Allerdings liegen die meist dicht unter der Schale, deshalb sollte man sie ungeschält genießen.

„Viele Menschen befürchten, Gurken könnten bitter sein“, weiß der Frankfurter Marktbesucher Christoph Stoll. „Doch mögliche Bitterstoffe sitzen nur am Stielansatz.“ Gurken sind empfindlich, des-

halb sollte man sie nicht unbedingt im Kühlschrank lagern, empfiehlt Christoph Stoll, „denn dort werden sie schnell weich“. Sie eignen sich auch für die Schönheitspflege: einfach Gurkenscheiben auf Gesicht und Augen legen, das versorgt die Haut mit Feuchtigkeit.

Tsatsiki

- 2 Gurken
- 2 Becher Sauerrahm
- 2 Becher griechischer Sahnejoghurt
- frischer Knoblauch
- frischer Dill
- Salz, Pfeffer, Olivenöl, frische Zitrone

Sauerrahm und Sahnejoghurt einige Stunden lang durch ein Tuch oder Sieb abtropfen lassen. Gurken mit der Reibe kleinraspeln, gut ausdrücken und mit dem Rahm-Joghurt-Gemisch verrühren. Knoblauch pressen und drumtermischen, mit Pfeffer, Salz, viel kleingeschnittem Dill, einem Schuss Olivenöl und einigen Spritzern frischen Zitronensafts abschmecken.