

Tiroler Kulturpflanzen – ein gefährdetes Kulturgut

(5. Teil eines mehrteiligen Beitrages)

Von der Krautruabn, Gratscharuibe, Soachrübm (Herbstrübe, *Brassica rapa ssp. rapa*)

Fotos: B. Vogl-Lukasser und P. Blauensteiner



Die Blätter der Rüben, die im Keller hellgrün austreiben, werden als Salat zubereitet

Eine Kulturpflanze mit vielen Namen und vielfältigen Nutzungen

Die Herbstrübe war wie die Ackerbohne bis weit nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs eine wichtige Kulturpflanze für die Tiroler Bevölkerung. Allein die vielen Namen, die in ganz Tirol verbreitet sind, zeigen, wie stark diese Pflanzenart mit unserer Kultur verbunden ist. Über die Herbstrübe sind aber nicht nur viele Namen (*Rübm, Ruibm, Ruibe, Ruabn, Robn, Krautrübm, Soachrübm, Fetzuabn, Bettsoacharuibm, Gratscharuibe, Herbischtruibe, Wadlrübe, Wossoruibe, Tellerruibe oder Blottruabn*) im Umlauf, sondern auch viele Geschichten und Nutzungen bekannt.

Die Hauptnutzung stellte in früheren Zeiten die Ernährung des Menschen dar. Der Anbau war auf Selbstversorgung ausgerichtet und diente nicht der Vermarktung der Rüben. Die Rüben wurden vom späten Herbst bis in den späten Winter genutzt. Aussagen wie „*fria hot man viel mehr Rüben gebaut*“ oder „*fria hot jedes Bäuerle Ruibn gebaut*“ und „*des wor a tägliches Essen*“ zeigen, welche wichtige Rolle die Rübe spielte.

Verwendet wurden die frischen Rüben, die Blätter der Rüben, das milchsauer vergorene Rübekraut, das frische Rübenvasser (entsteht bei der Zerkleinerung der Herbstrübe für das Rübekraut) und das Krautwasser (der wässrige Bestandteil des vergorenen Rübekrauts).

Rübekraut, vergorene Rüben und Frischrüben als Obstersatz

Obst und Gemüse war im Winter gerade in höher gelegenen Regionen Tirols eine Seltenheit. Das Rübekraut bot hier Abwechslung am Speiseplan und versorgte die Menschen mit wichtigen Vitaminen. Die Bauern und Bäuerinnen

ernteten die Rüben für die Herstellung von Rübekraut, wie auch heute üblich, im Oktober und lagerten sie im Keller ein, bis die herbstlichen Arbeiten abgeschlossen waren. Ende November stand dann das „Krauteinschneiden“ am Programm. Für die Herstellung des Rübekrautes waren auf den Höfen eigene Geräte vorhanden. Zum Einschneiden wurden spezielle *Krautmesser* verwendet, mit denen die Rüben auf dem *Krautbrett* klein gehackt wurden. Anschließend wurde das Kraut in ein Holzfass gefüllt und mit den Füßen oder einem Stampfer aus Holz eingestampft, zugedeckt und leicht beschwert. Nach fünf bis sechs Wochen war das Rübekraut fertig vergoren.

In der heutigen Zeit hat sich im Zusammenhang mit der Verarbeitung der Rüben zu Rübekraut einiges geändert. Zwar waschen die meisten Erzeuger die Rüben so wie früher händisch, aber die weitere Verarbeitung unterscheidet sich von der einst gebräuchlichen Vorgangsweise. Viele Krauterzeuger zerkleinern die Rüben heute mit dem Fleischwolf oder anderen geeigneten Maschinen und lagern das Kraut in Plastikfässern, Gärtöpfen oder Kübeln ein. Aber auch bei der Nutzung hat sich einiges geändert.

Früher nutzten die Menschen das Rübekraut auf vielfältige Art und Weise. Viele dieser traditionellen Gerichte geraten zusehends in Vergessenheit. Das Rübekraut wurde nicht nur „roh“ als Vorspeise bzw. als Zuspeise zu den Knödeln gegessen, sondern auch zu verschiedenen Speisen verkocht. So verwendete man Rübekraut beispielsweise gerne als Fülle von Teigtaschen. Diese Teigtaschen wurden als „*Rübekropfn*“ oder „*Krautkropfn*“ bezeichnet. Die Fülle setzte sich aus entsäuertem Rübekraut (dieses musste gut ausgewaschen und ausgepresst sein), Topfen, Zwiebel, Schnittlauch und Salz zusammen.

Die in Salzwasser gekochten Rübekrapfen wurden mit Butter *abgeschmelzt*. Auch die „*Rübensuppe*“ oder „*Krautsuppe*“ war ein Gericht, das früher des Öfteren auf den Tisch kam. Dafür wurde das gewässerte Rübekraut mit einem Stück Speck oder Geselchtem eine Zeit lang gekocht. Anschließend wurde eine *Einbrenn* („*a Breina*“), die mit Zwiebel zubereitet wurde, dazugegeben. Das Geselchte wurde aufgeschnitten, mit Rahm und Salz abgeschmeckt und mit Schnittlauch garniert. Das Rübekraut diente weiters, gemeinsam mit Minze, als Füllung für Blutwürste.



Die Rüben werden über Nacht in den Brunnen gelegt, bevor sie am nächsten Tag gewaschen werden

Frühere Generationen vergoren nicht nur die gehackten, sondern auch die ganzen Rüben. Dafür wurden die Rüben gewaschen, geputzt (Wurzel, Stängel und Blätter

entfernt, manchmal auch geschält) und in Salzwasser gekocht. Die gekochten, ganzen Rüben wurden dann abwechselnd mit einer Lage Kren in einen großen Topf (ein Tontopf war besonders gut geeignet) geschichtet und mit einem Tuch und einem Deckel zugedeckt stehengelassen.

Die Hauptnutzung der Rüben liegt heute in der Verwendung des Rübenkrautes als Beilage zu den Tiroler Knödeln oder zum Fleisch. Im Unterland isst man das Rübenkraut zu Groitn (Grammeln). Die Liebhaber des Krautes genießen dieses ohne weitere Zubereitung oder verfeinern es mit Rahm und manchmal zusätzlich mit Schnittlauch und etwas Salz. Das Rübenkraut wird im Herbst und Winter vor allem in Osttirol auch heute noch häufig (oft sogar dreimal pro



Mit diesen Krautmessern wurden die Rüben früher klein gebackt

Woche) gegessen. Die Bedeutung der Rüben für den Frischverzehr ist besonders auf höher gelegenen Höfen, wo aus klimatischen Gründen kein Obst angebaut wird, sehr groß. Aussagen wie „des isch holt unser Obst“, oder „im Herbischt essen mir des liaba als wia an Opfel“ bestätigen dies. Die frischen Rüben werden als Zwischenmahlzeit, Beilage zur Jause oder beim Frühstück aufs Butterbrot gegessen. Auch die Blätter der eingelagerten Rüben, die im

Winter im Keller hellgrün austreiben, werden vereinzelt als Salat angerichtet.

Rübenhonig, Rübenessig und der berühmte Krautinger

Das Wasser der frisch gehackten Rüben, das aufgefangen wurde, wurde zu Rübenhonig verarbeitet. Unter starker Hitze und ständigem Rühren wurde das Rübenwasser so lange am Herd eingekocht, bis es eine dickliche Konsistenz aufwies. Dieser Rübenhonig diente als Brotaufstrich oder wurde zum „Eintunckn“ (z. B. wenn Milchmus gegessen wurde und kein Schmalz da war) auf den Tisch gestellt.

Das Wasser der eingesäuerten Rüben (auch als *Rübensuppe* oder *Krautsuppe* bezeichnet) wurde als Essig verwendet. Dafür wurde ein Becher mit Löchern in das Rübenkraut hineingesteckt, in dem sich das saure Rübenwasser sammelte. Aus diesem Becher schöpfte man dann das Rübenwasser heraus. Die „Krautsuppe“ wurde über den ganzen Sommer „im Panzen“ aufbewahrt und zum Anmachen von Salat („ongemocht mit Krautsuppe und geröstetem Speck“) verwendet. Die „Ruibnsuppe“ wurde früher als Putzmittel (wie ein Essigreiner) verwendet.

Auf spezielle Weise wird die Rübe in der Wildschönau verwendet. Etwa dreißig Höfe haben dort seit der Zeit Maria Theresias das Recht, einen Rübenschnaps, den *Krautinger*, zu brennen. Ungefähr 50 kg Rüben ergeben 1 Liter *Krautinger*. Saftige Rüben eignen sich am besten zum Brennen. Deshalb halten die Wildschönauer Rübenbauern nach wie vor an den traditionellen Lokalsorten fest. Der *Krautinger* gilt als sehr gesund. Er wird von jeher als Hausmittel, für allem für den Magen, verwendet. In den letzten Jahren er-

freut sich der Krautinger auch außerhalb der Wildschönau einer wachsenden Beliebtheit.

Rübenmedizin

Nicht nur dem Krautinger, auch dem milchsauer vergorenen Rübenkraut wird heilende Wirkung nachgesagt. Aussagen wie „Deswegen ... hob'n wir nie Grippe“, „Olle Toge a Schissl Kraut als Arznei“ oder „Kimmt die Ruibe ins Haus, muss der Dokta bei der Tir binaus“ zeigen die auch heute noch weit verbreitete Meinung, dass Rübenkraut die Immunabwehr stärkt. Als generell gut für den Magen oder gut gegen Magenbeschwerden wird der saure Saft des Rübenkrautes geschätzt. Mehrfach wird auch die positive Wirkung bei Diabetes angesprochen. Die harntreibende Wirkung der Rübe (und des Rübenkrautes) brachte ihr lokale Dialektnamen ein wie „Soachrüb“ oder „Betsoacharüb“. Die Rübe ist allgemein für eine anregende und abführende Wirkung auf die Darmtätigkeit und eine reinigende Wirkung auf den Körper bekannt.

Äußerliche Anwendungen bei Fieber (wie *Essigpatscherln*), bei Geschwüren und Abszessen sowie bei Gelenksentzündungen, wurden als Hausmittel früherer Zeiten erwähnt. Der Rübensirup wurde als Hustenmittel verwendet. Diese Hausmittel wurden aber nicht nur beim Menschen, sondern auch bei den Tieren eingesetzt („wenn a Fock net guat isch, isch des is beste a sa Ruibnkraut geben, des kühlt recht, wenna hoas isch und die Fockn leicht Rotlauf bekemmen, muaß man des öfter geben“).

Rübenfutter

Auch als Viehfutter wurde die Herbstrübe früher vielfach verwendet. Dabei wurden nicht nur die Rüben, sondern auch die Blätter und das Rübenkraut genutzt. Für einige Tiere wurden auch eigene Gerichte zubereitet. Für die „Hennpfarfilan“ wurde Rübenkraut (meist das zum Essen schon zu sauer gewordene Rübenkraut) mit Kraftfutter (Körnermischung, „Leck“) und Heublumen vermischt an Hennen verfüttert. Zu viel von diesem Futter durfte allerdings nicht verfüttert werden, da ansonsten das Eigelb ganz hellgelb bis weißlich wurde.

Die frische Rübe (oftmals vermischt mit Kraftfutter) wurde gerne an Kühe verfüttert, um die Milchproduktion zu steigern. Heute wird dies wegen der geschmacklichen Veränderung der Milch durch die Fütterung der Rübe nicht mehr gemacht. Minderwertige Rüben werden auch heute noch als Futter für Schweine verwendet. Für kälbernde Kühe sei die Rübe gesund und das Abgehen der Nachgeburt würde beschleunigt. Allerdings wird auch berichtet, dass die Kühe bei zu reichlicher Rübengabe Durchfall bekommen würden. Minderwertige Rüben werden auch heute noch an Schweine verfüttert, jedoch werden sie von den Schweinen nicht besonders gerne gefressen.

Mehr zu Anbau, Ernte, Sortenvielfalt usw. können Sie im Endbericht „Erfahrungswissen über Lokalsorten traditioneller Kulturarten in Ost- und Nordtirol“ nachlesen. Im Internet unter: <http://www.nas.boku.ac.at/brigitte-vogl-lukasser.html>

Dank: Wir danken den Tiroler Rübenbauern, insbesondere aber dem „Joggl“ aus Dörfel, ganz herzlich für ihre Erfahrungsberichte über den Rübenanbau, die die Grundlage für diesen Artikel sind.

Brigitte Vogl-Lukasser, Gabriele Falschlunger, Peter Blauensteiner und Christian R. Vogl