

Öl-Pressen hat bereits beim Vater für große Begeisterung gesorgt

Hof Walter in Merchingen: Die Geschwister Michael, Ina und Denis produzieren wertvolle Tropfen für den täglichen Gebrauch

Von Elisabeth Englert

Zu beiden Seiten des schmalen Weges zu den Aussiedlerhöfen wogen die Rapsfelder im Wind. In den zarten, länglichen Schoten reifen die Körner heran und warten auf die Ernte. Obwohl das Sonnengelb der Blüten verschwunden ist, wandern meine Gedanken sofort an das ebenso sonnengelbe Öl, das meinem Salat eine nussig-saatige Note verleiht. Kein Wunder – befinde ich mich gerade auf dem Weg zur Ölmühle Walter in der Siedlung Steinig des Ortsteils Merchingen. Dort pressen die drei Geschwister Michael, Ina und Denise regionale Ölsaaten zu wertvollen Ölen.

Wie die Jungfrau zum Kind

Doch wie kommt man zum Öl-Pressen, wenn man als Industrieelektronikermeister, Rechtspflegerin in spe und Hauswirtschafterin in Lohn und Brot steht? Fast wie die Jungfrau zum Kind, erinnert sich Michael Walter, Geschäftsführer der GbR.

Auf der weitläufigen Hofreite stehen mehrere Walnussbäume, deren Kerne ihr Vater schon immer habe zu Öl verarbeiten lassen. Hierfür musste er weite Anfahrten in Kauf nehmen, den Termin schon fast ein Jahr zuvor anmelden und zum Abholen der Ausbeute den Weg abermals antreten. Kurzerhand kaufte Walter senior eine hochwertige Presse für den Eigenverbrauch. So weit so gut, die Geschwister waren noch immer außen vor.

Als der Nachbarbetrieb von Jonas und Elias Fahrbach auf ökologische Landwirtschaft umstellte und seine Pelletieranlage in Betrieb nahm, trafen sich dort die Granden aus Politik, Verwaltung und Landwirtschaft. Und wie der Zufall so spielte, kam das Fehlen eines Betriebs mit regionaler Ölpresse für den Naturpark Neckar-Odenwald zur Sprache.

„Mein Nachbar macht Öl“, lautete die lapidare Antwort und somit fing alles an.

Er mache das nimmer, stand umgehend für seinen Vater fest, doch die Idee habe ihm gefallen und so habe er den Ball seinen drei Kindern zugespielt. Doch ganz so schnell ging das nicht. Walter und seine Schwestern erstarren nicht wie die sprichwörtlichen Ölgötzen, vielmehr wägen sie ab, diskutieren, tauchten ein in die Materie, um dann am Ende des wohlüberlegten Entscheidungsprozesses die GbR zu gründen.

„Es war ein riesiger Rattenschwanz“, blickt der 37-Jährige zurück. Weiterbildung, Zulassung, Etiketten und Firmenlogo gestalten, Ölsaaten testen, doch wurde alles auf mehrere Schultern verteilt, so dass es wie geschmiert lief.

Seither werden regionale, biozertifizierte Ölsaaten gepresst, wovon die meisten vom bereits erwähnten Nachbarn kommen, der den Presskuchen, das Nebenprodukt des Pressvorgangs, als Tierfutter weiterverarbeitet – Nähe und Kreislaufwirtschaft in einem.

Sonnenblumen, Raps, Senf, Lein, Leindotter, Hanf, Mohn, die eigenen Walnüsse oder Haselnüsse oder Mandeln wandern in den Trichter und werden, da nur bei 37 Grad gepresst, zu kaltgepresstem, nativem Öl. Die Wal- und Haselnüsse seien nicht biozertifiziert, „aber trotzdem bio“, ergänzt der Fachmann. Deren kräftig-nussiger Geschmack charakterisiere auch ihr Öl, das im Feldsalat ein Klassiker sei. Aber auch Nuss-spätzle seien eine Delikatesse. Unbedingt ausprobieren, merkt sich die interessierte Besucherin.

Grasiger Geschmack

Hanföl, man mag fast schon ein wenig schmunzeln, schmecke grasig, Sonnenblumenöl nach den nussigen



Michael Walter schüttet das zerkleinerte Pressgut in den Trichter, heraus kommen wertvolles Öl und der Presskuchen.

gen Kernen. Leindotteröl würzig und empfehle sich zu Grillgemüse. „Das bringt ein delikates Aroma rein“, schwärmt der Kenner. Senföl schmecke überraschenderweise zunächst mild, erst im Abgang offenbare sich seine fein-senfige Note, wovon sich die Berichterstatterin bei der spontanen Ölverkostung überzeugen durfte. Und das Leinöl war entgegen ihrer Erwartung keineswegs bitter, vielmehr sanft und von cremiger Konsistenz. Walters Geheimnis: „Wir machen immer einen Probelauf, bevor wir größere Mengen kaufen.“

Leinsorte entdeckt

Nun habe man eine Leinsorte entdeckt, die diese feine Cremigkeit erbe und die ihr Nachbar anbaue. Die übrigen Saaten kommen durchweg aus der gesamten Region Odenwald-Tauber – und zwar von Igersheim über Schwabhausen, Sindols-

heim bis hinüber nach GroSeicholzheim.

Durch die Kaltpressung erhalte man zwar weniger Ausbeute als bei Erhitzen des Saatguts, doch werden die Öle geschmacklich vom verwendeten Pressgut bestimmt. Auch Farbe und Geruch, kurzum die ganze Charakteristik spiegle sich wider. Zudem seien der Vitamingehalt sowie die ungesättigten Omega-3- und -6-Fettsäuren weitaus höher. Um dies zu erhalten, empfehle sich, die Öle vor Licht und Wärme geschützt aufzubewahren. Daher also die dunklen Flaschen und die Gedanken wandern umgehend ins Supermarktregal mit seinen durchscheinenden Flaschen, die mitunter getönt seien, um die Ware ansprechend zu präsentieren, weiß der zweifache Familienvater.

Zudem strebten die ungesättigten Fettsäuren, wie ihr Name vermuten lässt, nach Sättigung, reagieren also mit Sauerstoff, was den Geschmack beeinträchtigt. „Das Öl wird bitter und rau.“ Perfekt sei ein Verhältnis eins zu drei, von Omega-6- und -3-Fettsäuren, wobei Erstere ein essenzieller Energieträger seien, Letztere ein Radikalfänger und ernährungsphysiologisch sehr wertvoll. Um diese Wertigkeit durch zu starkes Erhitzen in der eigenen Bratpfanne nicht zu gefährden, seien auf den Etiketten die jeweiligen Rauchpunkte vermerkt. Darüber hinaus presse man nur kleine Chargen, um stets frische Produkte zu bieten.

Auf Wochenmärkten unterwegs

Aktuell sei man auf den Wochenmärkten in der Region, den Naturparkmärkten sowie einigen Geschäften wie etwa in Buchen oder Osterburken präsent. Dennoch sei man dabei, einen eigenen Hofladen einzurichten. Auch die Homepage befinde sich in Bearbeitung.

Um das umfangreiche Wissen rund ums Öl zu transportieren, werden für Gruppen Ölverkostungen

WEITERE ÖLPRODUZENTEN

Hof Heilig in **Hardheim-Gerichtstetten** mit eigenem Rapsöl, Mohn- und Gewürze Bender in **Creglingen-Sechselbach** mit eigenem Mohn- und Sonnenblumenöl, Biohof Scheidel GbR in **Bad Mergentheim-Wachbach** mit eigenem Leindotteröl, **Uiffinger** Bioöle von Familie Wild mit eigenem Hanf-, Lein- und Sonnenblumenöl oder der Ölmühle Waidachshof bei **Seckach** mit Raps-, Sonnenblumen-, Lein-, Hanf-, Kürbiskern-, Mohn- und Walnussöl. *een*

angeboten, wobei die Fachleute vor Ort kommen.

Besondere Schmankerl

Als besonderes Schmankerl können die eigenen Walnüsse zur Lohnpressung vorbeigebracht werden, was der Berichterstatterin sehr zusagte, da noch etliche vom letzten Herbst übrig waren. Zwar war vorher manch harte Nuss zu knacken, doch mit dem Öl der eigenen Walnüsse den Heimweg anzutreten, machte jede Anstrengung wett – ein Gefühl, das runter geht wie Öl.



Die Walnusspellets.

Erdbeeren ernten

Jetzt geht es los: Beliebte rote Früchte

Schon sehnsüchtig erwarten alle die eigenen vollreifen roten Früchte. Bisher kamen die Erdbeeren meist aus dem geschützten Anbau oder aus verfrühten Anlagen. Doch jetzt leuchten einem die begehrten Früchtchen aus dem Beet oder verschiedenen Gefäßen entgegen. Auch die Fachleute der Bayerischen Gartenakademie freuen sich über das gesunde Obst.

Mit verschiedenen Sorten lässt sich die Erdbeer-Ernte über einen größeren Zeitraum verlängern. Wer mehr Platz für Erdbeerpflanzen hat, kann so stets frisches Saison-Obst ernten.

Vielfältige Sorten und -typen

Am bekanntesten sind sicherlich einmaltragende Sorten. Deren Vielfalt ist kaum zu überschauen. Da die Pflanzen aber normalerweise nur ein bis drei Jahre im Beet bleiben, bietet sich dadurch aber die Möglichkeit öfter neue Sorten auszuprobieren. Frühe reifen in milden Gegenden ab Ende Mai, dann kommt die Hauptsaison den ganzen Juni und bei ganz späten Erdbeer-Sorten (etwa „Malwina“ und „Symphony“) gibt es im Juli noch rote süße Früchte.

„Ostara“ oder „Mara de Bois“ sind mehrmals tragende Sorten. Sie haben die Eigenheit, dass sie auch im Sommer und Herbst Blüten und Früchte anlegen, so dass neben der Ernte im Juni auch noch später im Jahr weitere Erdbeerfrüchte zu erwarten sind. Bricht man den ersten Blütenbesatz im Frühjahr aus, fördert dies die Bildung des zweiten Flors. Dadurch verbessert sich die Erntemenge, vor allem aber die Fruchtqualität und Größe der daraus entstehenden Beeren.

Besonders beliebt sind die kleinen aromatischen Monatserdbeeren, die von Juni bis Oktober stets Blüten und Früchtchen tragen. Am bekanntesten sind die Sorten „Rügen“ und „Alexandria“. Im Gegensatz zu anderen Erdbeeren bilden sie keine Ausläufer, sondern wachsen in kompakten Horsten und vermehren sich über Samen. Daher eignen sie sich zur Beetabgrenzung und als Wegeinfassung, aber auch für große Töpfe, Schalen und Balkonkästen. So hat man immer leckeres Naschobst etwa für das Müsli parat. Übrigens können sie mehrere Jahre am gleichen Standort stehen bleiben.

Ebenfalls mehrere Jahre am gleichen Platz wächst die „Erdbeerwiese“. Diese stark ausläuferbildenden Sorten, zum Beispiel „Florika“ und „Spadeka“, eignen sich als fruchttragende und geschmackvolle Boden-decker. Sie gedeihen auch im leichten Schatten und eignen sich auch als Unterpflanzung für Johannis- oder Stachelbeerstämmchen sowie Spindelobst.

Erdbeere – Königin der Beeren

Kaum ein Obst ist bei Alt und Jung so beliebt wie Erdbeerfrüchte. Die typische Erdbeersaison, besonders bei eigenen Früchten, liegt im Juni. Täglich können frische, rote Erdbeeren gepflückt und genascht oder verarbeitet werden. So landen sie, wenn nicht gleich pur verzehrt, im Müsli, im aromatisierten Wasser oder in der sommerlichen Erdbeerbowle. Sie werden als Kuchenbelag, Smoothie, Erdbeermilch oder für Fruchtaufstriche genutzt.

Wer selbst nicht genügend Früchte erntet, um den Erdbeerhunger zu stillen, findet in Hofläden und bei Direktvermarktern ein großes Angebot. Achten Sie auch auf „Selbstpflück-Buden“. Wer größere Mengen, etwa für Fruchtaufstriche benötigt, kann sich hier Früchte frisch vom Acker pflücken.

Denken sollte man auch schon an die Pflanzung für die nächste Saison. Bis Mitte August müssen die Grupp-pflanzen gesetzt sein, damit sie bis zum Winter kräftig zuwachsen und somit viele Blüten für das kommende Jahr anlegen. Wer eigene Ableger zur Vermehrung nutzt, sollte bevorzugt das erste Kindel von wüchsigen, gut tragenden Mutterpflanzen entnehmen. Oft wurzeln diese schon im Beet. *lwg*



Naturrübes Öl, das nach ein paar Tagen Ruhe abgefüllt werden kann.



Die Vielfalt der Ölsaaten und das daraus entstandene kaltgepresste, native Öl.

BILDER: ELISABETH ENGLERT