

Bourbon- Vanille

Jetzt in der Vorweihnachtszeit werden wieder Plätzchen gebacken und es duftet verführerisch nach feinen Gewürzen. Nicht wegzudenken aus der Weihnachtsbäckerei ist die Vanille.

Der größte Teil des Vanillebedarfs wird heutzutage durch das synthetisch hergestellte und daher billige Vanillin ersetzt. Dieser Ersatzstoff erreicht aber nie das Aroma der echten Vanille, das sich aus mehr als 180 Geschmacksstoffen zusammensetzt.

Das exotisch-süße Aroma aus den Früchten der weißblühenden Orchidee nutzten schon die alten Azteken, um damit ihr Kakaogebräu zu würzen.

Die Vanillepflanze ist in Mittelamerika beheimatet und nur dort kommen die Kolibris vor, die die Blüten bestäuben. Erst Mitte des 19. Jahrhunderts gelang es, die Vanilleblüten künstlich zu bestäuben und damit wurde die Kultivierung auch in anderen Teilen der Erde möglich. Eine zweite Heimat fand die Vanillepflanze auf der zu Frankreich gehörenden Insel Bourbon, dem heutigen Réunion. Sie gab auch der Vanille ihren Namen.

Einfach ist die lianenartige Orchidee aber nicht zu kultivieren. Sie wächst nur in Regionen, wo sich Regen- und Trockenzeit abwechseln. Auch mit den Lichtverhältnissen ist sie sehr wählerisch: zu viel Schatten mag sie ebenso wenig wie pralle Sonne. Die Blütezeit dauert einige Wochen. Die einzelne Blüte allerdings blüht nur wenige Stunden und in dieser Zeit muß sie bestäubt werden.

Ein halbes Jahr später werden



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

die unreifen, an Bohnen erinnernden Früchte geerntet. Sofort nach der Ernte werden die grünen Schoten in 60 ° heißem Wasser blanchiert. Damit verhindert man Schimmelbildung. Danach werden sie auf Bambusgestellen oder Tüchern stundenweise der Sonne ausgesetzt. Bei diesem Fermentationsprozeß färben sich die Schoten schwarz und es entsteht der typische Vanilleduft.

Eine neue Studie zeigt übrigens, daß Vanilleduft den Appetit zu zügeln scheint. Versuchsteilnehmer, die auf der Handfläche ein Pflaster mit Vanilleduft trugen, zeigten weniger Lust auf Süßes. Forscher vermuten, daß das Vanillearoma im Gehirn die Ausschüttung von Serotonin beeinflusst und so Heißhunger dämpft. Noch ist ein solches Produkt allerdings nicht im Handel. Naschen wir also lieber Vanille-Kipferl und andere Köstlichkeiten...

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**