



## 61. Passagier an Bord

# Mangold Sennfelder Stiel

Mehr Infos  
[www.slowfood.de/  
 biodiversitaet](http://www.slowfood.de/biodiversitaet)

In der Arche des Geschmacks gibt es bereits einige schätzenswerte Gemüse-Passagiere, nun ist auch ein Mangold aufgenommen worden: der Mangold Sennfelder Stiel. **Gerhard Schneider-Rose** stellt den 61. Passagier vor.



**D**er Mangold Sennfelder Stiel ist eine lokale Varietät des Stielmangolds (*Beta vulgaris subsp. vulgaris. Flavescens-Gruppe*) und wurde vor etwa 100 Jahren von der Gemüsebauern Maria Bandorf aus dem Gärtnerdorf Sennfeld bei Schweinfurt durch traditionelle Auslese gezüchtet. Er zeichnet sich aus durch einen fünf bis sieben Zentimeter breiten weißen, kräftigen, aber flachen Stiel und ein relativ dünnes, hellgrünes Blatt. Ein ausgewachsener Blattstiel kann durchaus 50 Zentimeter lang werden.

Die Ernte erfolgt durch Abtrennen der äußeren Stiele, verzehrt wird der Stiel mit seinem Blatt. Die Erntezeit des im Freiland gezogenen Sennfelder Stiels reicht von Mitte Juni bis weit in den Oktober hinein. Der Geschmack von Stiel und grünem Blatt ist mild, fein mit hauchzarter Süße.

## Privates Saatgut

Der fruchtbare Boden des Altmain-Überschwemmungslandes hat Sennfeld zum Gemüselieferanten für die benachbarte Stadt Schweinfurt gemacht. Von den einst etwa 20 Sennfelder Gartenbaubetrieben existieren noch fünf, drei davon bauen den Sennfelder Stiel noch an. Bis Anfang der 70er-Jahre war der Samen des Sennfelder Stiels in der Bandorfschen Samenhandlung in Sennfeld erhältlich, heute vermehren die Gärtner ihr Saatgut selbst bzw. geben es untereinander weiter.

Früher, als die Sennfelder Bauern nicht nur nach Schweinfurt, sondern bis ins Thüringische hinein Gemüse lieferten, war der Sennfelder Stiel ein typisches Produkt für die Sennfelder Gemüsebauern. Er wurde gerne gekauft, weil er sehr gut schmeckte und den Speisezettel verbreiterte. Heute ist die Gesamtmenge auf einige hundert Pflanzen zusammengeschumpft.

## Zarter Geschmack

Üblicher Stielmangold mit dunkelgrünem Blatt ist in Deutschland in den letzten Jahrzehnten wegen seines herben Geschmacks ein selten nachgefragtes Gemüse geworden. Diese Entwicklung ist am Sennfelder Stiel nicht vorbeigegangen.

Inzwischen hat Mangold vor allem im Biobereich eine Renaissance erlebt. Davon haben aber hauptsächlich die optisch attraktiven farbigen Sorten profitiert.

## TRADITIONELLES REZEPT FÜR SENNFELDER STIELGEMÜSE

**Zutaten für 4 Personen:** 8 Blätter Sennfelder Stiel, 15 g Schmalz, 15 g feines Mehl, Wasser, Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle.

- Die Blätter waschen, das Grüne abschneiden und von den Stielen die Haut abziehen.
- Die Stiele in 4 cm lange Stücke schneiden und in kochend heißem, gesalzenem Wasser 5 bis 8 Minuten blanchieren und anschließend kalt abschrecken. Die Stücke längs in schmale Streifen schneiden.
- In einem Topf das Schmalz zerlassen und mit dem Mehl eine helle Mehlschwitze zubereiten. Mit kleinen Schlucken kaltem Wasser glattrühren, so viel von dem Kochwasser zugießen, dass eine nicht zu dicke Soße entsteht. Diese mindestens 10 Minuten sanft köcheln, dabei immer wieder umrühren, es darf nichts anlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die blanchierten Sennfelder-Stiel-Stifte in die Sauce geben und einige Minuten darin sanft köcheln. Eventuell nachwürzen und mit Sahne oder Sauerrahm und Essig abschmecken. Dazu geräuchertes Bauchfleisch vom Schwein und Mehlklöße servieren.



Der Sennfelder Stiel ist zurzeit vor allem bei älteren Menschen in der Region Schweinfurt beliebt, die den Mangold von ihren Müttern kennen und mögen. Wegen des milden Geschmacks und der zarten Konsistenz gibt es aber gute Chancen, neue Liebhaber für die Mangoldvarietät aus Franken zu gewinnen.

### Samenhüter gesucht

Wie bei anderen regionalen Gemüsevarietäten stellt sich der Arche-Kommission die Frage, ob man zur Rettung des Arche-Passagiers nicht die Samenerzeugung und -verbreitung auf eine breitere und möglicherweise auch überregionale Basis stellen sollte. Allzu schnell kann das Ende einer Sorte besiegelt sein, wenn die wenigen Sorge tragenden Personen die Arbeit einstellen. Die Mitglieder der Arche-Kommission möchten deshalb die Samenhüter von Sorten wie dem Sennfelder Stiel oder dem Bamberger Wirsing in Kontakt bringen mit Samengärtnereien, die traditionelle Sorten pflegen und bundesweit für interessierte Biogärtnereien und Hausgärtner erwerbbar machen. ●

Arche des   
Geschmacks®

#### Bezugsquellen für Saatgut

Rainer Ludwig  
Mollengasse 4, 97526 Sennfeld, Tel 09721. 687 27.

Werner Bandorf  
Schweitzerstr. 58, 97526 Sennfeld, Tel 09721. 695 97.

Kurt Geyer  
Schweitzerstr. 60, 97526 Sennfeld

#### Weitere Informationen

→ [www.slowfood.de/mangold\\_sennfelder\\_stiel](http://www.slowfood.de/mangold_sennfelder_stiel)

Das  
*Paradies* ist

**200°** heiß und  
dreht sich  
unaufhörlich.



Das gilt zumindest für unsere Kaffeebohnen. Sie zu rösten ist eine Kunst für sich – im Trommelröster, ganz sanft und langsam. Unser Röstmeister nimmt dabei permanent Proben, um das Bouquet der Aromen perfekt zu entwickeln: fein nuanciert, trotzdem opulent, voller Tiefe. Unverschämt lecker – und natürlich Bio & Fairtrade zertifiziert. Probieren Sie mal:

[www.mounthagen.de](http://www.mounthagen.de)

**MOUNT HAGEN.**  
Kaffee für Fortgeschrittene.