



Veronika Baumann ist Experte für Tomaten. Auf dem Ökolandbau Hesch in Emersacker baut sie mit ihrem Lebensgefährten Martin Hesch 66 verschiedene Sorten an.

Fotos: Marcus Merk

Sie hütet 66 verschiedene Tomatensorten

Unser Essen Tomaten sind das Lieblingsgemüse der Deutschen. Veronika Baumann aus Emersacker baut besonders viele Sorten an. Sie kommen bis aus Russland und Tunesien. Jede hat nicht nur einen besonderen Geschmack, sondern auch eine eigene Geschichte / Serie (8)

VON STEFFI BRAND

Emersacker Veronika Baumann hat eine Lieblingstomate: Sie trägt die Nummer eins auf ihrer langen Liste der Tomatensorten, doch einen Namen hat sie nicht. „Sie ist süßlich, hat ein feines Aroma“, schwärmt die 63-Jährige. Auf ihrer Sortenliste steht bei der Position 1 „orange länglich“. Zur zweiten Lieblingstomate von Veronika Baumann zählt die Sorte Blue OSU, deren offizieller Name auf der Liste hinterlegt ist und die vor allem optisch sehenswert ist: Die violett-blaue Stabtomate gehört zu den dunkelsten Sorten – und sie braucht sehr lange, bis sie reif ist. Wenn man sie ernten kann, dann bereitet Veronika Baumann aus diesen beiden Favoriten und der Weißen Schönheit, einer weißen Tomate, und der Grünen von Helarios, einer grünen Tomatensorte, einen wahrlich kunterbunten Tomatensalat zu.

Aktuell hat Veronika Baumann viele reife Tomaten. Einige sind mit

einem Zettel versehen, auf dem die Nummer der Sorte steht. Diese hat sie zu Samentomaten auserkoren. Und das bedeutet: Sie dürfen nicht geerntet werden. Aus ihnen wird später Samen gewonnen. Samentomaten sind in der Regel die Ersten, die am Stock hängen. Zudem müssen frei von Makeln sein, schließlich wird der Samen wieder angepflanzt.

Mit sogenannten samenfesten Tomaten könne man nämlich genau dies tun, erklärt Veronika Baumann: „Man kann sie immer wieder wachsen lassen.“ Das Gegenteil von samenfesten Tomaten sind sogenannte Hybridtomaten, die sich geschmacklich deutlich voneinander unterscheiden. Hybridtomaten sind Züchtungen in der ersten Generation. Nachbaufähig sind sie nicht, denn dann könnte die größtmögliche genetische Spaltung passieren. Im Anbau sind sie allerdings ertrag-

reicher. Voll sind die Tomatenstöcke der Hybriden zu dieser Zeit, während bei Veronika Baumann der Ertrag von der Sorte abhängt.

Das Ochsenherz ist zwar nicht per se ertragreich, dafür ist aber jede Tomate für sich mächtig groß. Eine Tomate kann hier leicht 500 bis 600 Gramm wiegen. Cocktailtomaten, Datteltomaten oder die eine oder andere gelbe Sorte sind hingegen deutlich ertragreicher.

Samenfeste Tomaten, wie sie in Emersacker in einem großen Gewächshaus gedeihen, sind „süßer, fruchtiger und nicht so lätschig wie Hybridtomaten“, erklärt die Geschmacksexpertin. Und genau das veranlasse auch die Kunden dazu, bereits im März oder April nachzulegen, wenn es wieder Tomaten aus dem Ökolandbau Hesch in Emersacker gebe. Selbst auf die erste Tomatensorte, die kleine frühe Fleischtomate, die es bereits ab Anfang Juli gibt, müssen sie dann noch warten. Eine andere Option gibt es für wahre Tomatenfreunde nicht –

zu groß ist der Unterschied für diejenigen, die auf den Geschmack gekommen sind.

Selbst die im Urlaub erworbenen Bio-Tomaten konnten geschmacklich nicht mithalten, verrät Veronika Baumann. Sie waren zwar biozertifiziert, aber eben auch Hybrid-Tomaten – und wurden nach der Rückkehr aus dem Urlaub zu Tomatensuppe verarbeitet. Die zugegebenen Gewürze haben dann über den Geschmack hinweggeholfen.

Der Konsum von ausschließlich sortenreinen Tomaten bedeutet aber auch Verzicht oder eben saisonalen Konsum. Von Juli bis September wird der Geschmack feinsten Tomaten genossen. Im Oktober reifen sie zwar noch nach, aber die Sonne fehlt – „und das wirkt sich auf das Aroma aus“, verrät die gelernte Altenpflegerin. Die grünen Tomaten gibt sie dann ab eine Bekannte, die sie – angereichert mit Essig, Zwiebel und Dill – einlegt.

Zwischen Juli und September sorgt Veronika Baumann dafür, dass

die Reifebedingungen für die Tomaten ideal sind. Sie sind angepflanzt in einem großen Gewächshaus, in dem es immer recht warm ist. „Das mögen Tomaten“, verrät Veronika Baumann, die die Vorlieben von Yellow Zebra, Banana Legs, Lucky Cross oder Striped Ro-

„Regelmäßig wird uns alter Samen gebracht.“

Veronika Baumann

man kennt. Regelmäßig wird durchgelüftet. Einmal in der Woche wird richtig gegossen. Verpasst die 63-Jährige den Zeitpunkt, an dem ihre Pflanzen Durst haben, dann sieht sie das gleich: Dann springt die Haut der Tomate auf, kurz nachdem sie sie gegossen hat.

Die 66 Tomatensorten von Veronika Baumann und ihrem Lebensgefährten Martin Hesch haben sich im Laufe von etwa 15 Jahren buchstäblich angesammelt. „Regelmäßig wird uns alter Samen gebracht“, er-

zählt die 63-Jährige. Aus Russland, Polen oder sogar Tunesien kommt die eine oder andere Sorte. So erklärt sich auch, dass auf der Liste der Tomatensorten manchmal auch nur steht: „Schwarze Tomate von Berta“ oder „Rot/schwarz/violett. Frankreich. Emil“. Jede Sorte hat beim Ökolandbau Hesch also nicht nur einen intensiven Geschmack, sondern vor allem auch eine Geschichte.

Die Namen der Tomatensorten sind Veronika Baumann allerdings eher unwichtig. Ihr kommt es auf den Geschmack an und darauf, dass sie Kunden mit speziellen Geschmacksvorstellungen auch die passende Tomate empfehlen kann. Das tut sie regelmäßig im Hofladen an der Hauptstraße. Dort werden auch die anderen Gemüsesorten vom Ökolandbau Hesch verkauft. Im Ried werden beispielsweise auch Karotten, Kraut, Bohnen, Kohlrabi, Salat, Roggen, Kartoffeln, Auberginen, Gurken sowie Rote und Weiße Bete angebaut.

Wissenswertes über Tomaten

● **Nährstoffe** Tomaten sind des Deutschen liebste Gemüse. Etwa 25 Kilogramm beträgt der aktuelle Pro-Kopf-Verbrauch in Deutschland. Sie bestehen zu 94 Prozent aus Wasser, deswegen sind sie sehr kalorienarm. Sie haben kaum Fett, nur ein Prozent Eiweiß und drei Prozent Kohlenhydrate. Zwei Inhaltsstoffe stechen besonders heraus: Zum einen sind Tomaten reich an Kalium, zum anderen enthalten sie viele Carotinoide. Kalium wirkt blutdrucksenkend und entwässernd. Die Carotinoide sind für die verschiedenen Rot- und Gelbtöne der Tomate verantwortlich. Das Beta-Carotin ist uns schon von der Karotte bekannt. Aber das Lycopin ist für die Tomate speziell.

● **Lycopin** ist in einer bedeutend höheren Menge als Beta-Carotin in der Tomate vorhanden, besonders in der Schale. Dem Lycopin werden verschiedene gesundheitsfördernde Eigenschaften nachgesagt. Es wirkt antioxidativ, das heißt, es hilft beim Abbau von aggressiven Sauerstoffverbindungen. Es hat aber auch antikanzerogene Eigenschaften, wirkt also krebsvorbeugend. Lycopin ist hitzestabil und fettlöslich. Es ist auch bei gekochten Gerichten reichlich enthalten. Der Kör-

per kann das Lycopin aus erhitzten Tomaten besser aufnehmen als aus rohen Tomaten. Diese sollten vor dem Kochen nicht gehäutet werden, da in der Schale das meiste Lycopin steckt.

● **Saison** Deutsche Tomaten sind von Mai bis Oktober auf dem Markt. Die Hauptsaison ist von Juni bis August. In Deutschland spielt die Freilandkultur wegen der benötigten Temperaturen kaum noch eine Rolle. Der Anbau findet unter Schutzabdeckungen oder Glas statt. Über Importe stehen uns Tomaten das ganze Jahr zur Verfügung. Tipp für den Winter: Obst und Gemüse enthält nur im reifen Zustand alle Aromen und Inhaltsstoffe. Damit es reif geerntet werden kann, muss es vor Ort, also in der Saison, gewachsen sein. Daher sollte es fast logisch sein, dass eine Salatbar in den Wintermonaten nicht mit Tomaten befüllt sein kann. In den Wintermonaten gäbe es indes so viele andere vitaminreichere Salatvarianten. Vielleicht lohnt es sich, nächsten Winter einen Versuch zu starten und winterliche Saisonsalate zuzubereiten.

● **Sortenvielfalt** Mittlerweile gibt es dank Züchtungen mehr als 6000 verschiedene Tomatensorten. Der Kundenwunsch tendiert zu kleineren Toma-

ten. Die klassische runde Tomate wird immer weniger nachgefragt. Tomaten werden in folgende Gruppen eingeteilt: Strauch-/Rispen-/Trauben-/Tross-tomaten, Kirsch-/Cherry-/Cocktailtomaten, runde Tomaten, Roma-/Eiertomaten, Fleischtomaten, gerippte Tomaten und grüne Tomaten. Innerhalb der Gruppen gibt es viele verschiedene Sorten. Mittlerweile gibt es nicht nur rote Tomaten, sondern auch gelbe, orange, lila und schwarze.

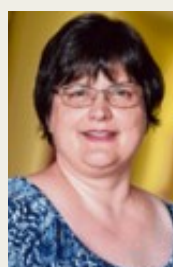
● **Einkauf** Tomaten schmecken am besten in der Saison. Beim Einkauf sollten gezielt feste Tomaten gewählt werden. Unreife Tomaten können nachreifen, wenn man sie auf einer hellen Fensterbank platziert. Da die Tomate ein Nachtschattengewächs ist, enthält sie Solanin im Stielansatz sowie in der unreifen Frucht. Deswegen sollten Tomaten nur reif und ohne Stiel verzehrt werden.

● **Lagerung** Tomaten sollten nach dem Einkauf ausgepackt und an einen schattigen Platz gelegt werden. Damit sie ihr Aroma erhalten, dürfen sie nicht in den Kühlschrank. Reife Tomaten sollten nicht mit Obst und anderem Gemüse zusammen gelagert werden. Das Reifegas Ethylen sorgt

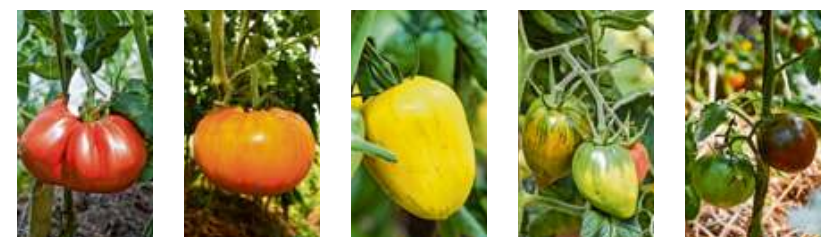
sonst dafür, dass alles reif wird und verdorbt. Ausnahme: Sie wollen gezielt unreifes Obst reif werden lassen.

● **Zubereitung** Tomaten werden vorwiegend roh in Salaten und Vorspeisen verzehrt. Des Weiteren können Tomaten zu Suppen, Soßen und Eintöpfen verarbeitet oder auch gefüllt werden.

● **Hausmittel** Eine Tomate ausquetschen und den verrosteten Gegenstand, zum Beispiel ein Messer, in den Saft einlegen. Die Säuren der Tomate arbeiten über Nacht. Morgens den Gegenstand mit Wasser reinigen und zum Schutz eventuell mit Olivenöl einölen. Mit gekauftem Tomatensaft funktioniert diese Methode weniger. Eventuell verringert sich bei der Herstellung des Saftes die Konzentration der Säure.



Alexandra Hiebl ist Diplomökotrophologin am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Augsburg (Fachzentrum Ernährung/Gemeinschaftsverpflegung).



Die 66 Tomatensorten sehen nicht nur alle unterschiedlich aus, sie schmecken auch verschieden.