

Basilikum, König der Kräuter

Das Universalkraut mit majestätischen Ansprüchen

Was die Rose bei den Blumen, ist das Basilikum bei den Kräutern. Basilikum (*Ocimum basilicum*) gehört zur Familie der Lippenblütler, die Artbezeichnung *basilicum* kommt aus dem Griechischen und bedeutet „königlich“ und wird in der Literatur auch als Königskraut bezeichnet. Der Ursprung liegt wahrscheinlich in Indien, dort wird es schon seit tausenden von Jahren als Heil- und Küchenkraut kultiviert. Funde in den ägyptischen Pyramiden beweisen auch den Anbau im Altertum. Seit dem 12. Jahrhundert ist das Basilikum in Europa bekannt.

Im Frühjahr gibt es viele verschiedene Sorten von Basilikum in den Gärtnereien: das klassische 'Genoveser Basilikum' wird auch 'Großblättriger' genannt, 'Griechisches Buschbasilikum' und das 'Italienische Basilikum Compatto' zeichnen sich durch kompakten Wuchs und eine Vielzahl von kleinen Blättchen aus. Die Pflanzen bleiben eher klein, wachsen aber umso buschiger, wie auch die Sorte 'Bubikopf'. Weitere Sorten sind: Rotblättriges Basilikum 'Nero', robustes Strauchbasilikum 'Magic Blue', helles Strauchbasilikum 'St. Michele', robustes dunkelgrünes, stark buschig wachsendes Basilikum 'Gorbatschow', exotisch anmutendes 'Thailändisches Basilikum', würzig duftendes 'Zimtbasilikum' oder frisch aromatisches 'Zitronenbasilikum'.

In Aussehen, Wuchs und Geschmack sind die vielen Basilikumsorten breit gefächert. In ihren Ansprüchen jedoch sind sie sich sehr ähnlich: Sie benötigen durchlässigen, nährstoffreichen Boden, einen sonnigen Standort, keinen Regen von oben und ein Temperaturoptimum von 15-25° C.

Im Winter ist das verfügbare Sortiment auf das klassische 'Genoveser Basilikum' reduziert, aber immerhin ist es das ganze Jahr über im Lebensmittelhandel verfügbar.

Basilikumtöpfe werden in Massen produziert und verkauft. Da die ver-

kaufsfertige Ware aus dem Gemüseregal immer viel zu dicht bepflanzt ist, überlebt das Basilikum meist keine 14 Tage am Fensterbrett in der Küche. Hier nun das Geheimnis, wie man mit wenigen Schritten, mit nur einem Kräutertopf den Jahresbedarf für eine ganze Familie abdecken kann.



1. Die vielen Pflanzen müssen vereinzelt werden. Dazu einfach die kleinen Pflänzchen zwischen den stärksten vorsichtig herausziehen.



2. Das Zwischenergebnis in diesem Musterfall sind 60 Pflänzchen, nach Größe geordnet. Wenn jetzt Sommer wäre, würde je ein Pflänzchen zu einer Tomatenpflanze gesetzt werden. Tomate und Basilikum sind ideale

Mischkulturpartner, da sie dieselben Ansprüche haben: Trockenheit von oben, gute Nährstoffe von unten.



3. Jetzt in der kalten Jahreszeit braucht das Basilikum warme Räume. Die größten Pflänzchen bleiben im Wurzelballen und werden in einen Topf mit guter Gemüseerde tiefer gesetzt. Die kleinen Könige hätten am liebsten je ein eigenes Reich. Aus Platzgründen setzte ich nur eine Pflanze einzeln, der Rest wird in Gruppen von 5-10 vergesellschaftet. Die ganz kleinen Pflänzchen kommen in ein Wasserglas, damit sich neue Wurzeln ausbilden. Nach ca. einer Woche werden diese auch eingepflanzt. Im weiteren Verlauf brauchen die Pflanzen optimale Bedingungen und regelmäßige Kontrolle, denn im warmen Wintergarten gefällt es auch den Schädlingen gut.

In unbeobachteten Momenten wird das Basilikum von Raupen, Schildläusen, Blattläusen, der weißen Fliege und Pilzkrankheiten regelrecht überfallen. Vorbeugen hilft: Durch regelmäßiges Ernten bzw. das Berühren und das Streicheln der Pflanzen werden ätherische Öle freigesetzt und die Schädlinge offensichtlich „gestört“.

„Kräuter sind anspruchslos“. Das mag für mediterrane Kräuter im Allgemeinen zutreffen, jedoch für Basilikum gilt das Gegenteil! Um optimale Bedingungen für das Gedeihen von Basilikum zu schaffen, sollten die 7 goldenen Regeln beachtet werden (siehe Infobox).

7 goldene Regeln für das Königskraut Basilikum

1. Genügend Platz im Wurzelraum: das Basilikum mag keine Konkurrenz von seinesgleichen (1-10 Pflanzen pro 15er Topf).
2. Gute Nährstoffversorgung: nährstoffreiche Gemüseerde, regelmäßige Düngergaben (z.B. flüssige Kräuter- und Tomatennahrung oder verdünnte Kräuterjauche im Sommer).
3. Trockene Wurzeln: durchlässiger humoser Boden, Staunässe vermeiden (kein Übertopf, sondern nur flacher Untersetzer).
4. Baldachin an der Sonne: an einem hellen, sonnigen Standort unter Dach, um Nässe von oben zu vermeiden.
5. Warme Umgebung: 15-25° C, das 'Genoveser Basilikum' ist am wärmebedürftigsten, Strauchbasilikum, wie z.B. 'Magic Blue' verträgt auch Temperaturen um die 10° C.
6. Ganze Triebspitzen ernten: damit wird buschiges Wachstum angeregt, da aus den Blattachseln neue Triebe wachsen.
7. Behutsame Ernte: 1/3 der Blattmasse soll belassen werden, damit genügend Zellen für die Photosynthese und weiteres Wachstum vorhanden sind.

Basilikum hat Heilwirkung

Die Inhaltsstoffe von Basilikum sind von Standort und äußeren Einflüssen, wie Klima und Jahreszeit, abhängig. Die Wirkstoffe sind neben ätherischen Ölen besonders Flavonoide, Gerb- und Bitterstoffe.

In der Volksheilkunde gilt Basilikum als allgemein beruhigend auf das Nervensystem und hat eine wohltuende Wirkung bei Magenbeschwerden, Blähungen und Appetitlosigkeit. Basilikumtee wirkt schweißtreibend und schleimlösend. Das ätherische Öl hat entwurmende und entzündungshemmende Eigenschaften. Duft- und Aromastoffe aus Basilikum werden für Likörherstellung verwendet und in der Kosmetikindustrie eingesetzt.

Basilikum in der Küche

Es wird hierzulande auch als Universalkraut bezeichnet. Am besten frisch, aber auch getrocknet, eignet sich dieses Würzkräut für Mozzarella-Tomaten-Salat, Basilikumpesto, Kräutertopfen, Basilikumbutter, Kräutersalz, Gewürzöl und vieles mehr.

Zur Haltbarmachung von frischem Basilikum eignet sich das Einfrieren von losen ganzen Blättern. Praktisch ist auch, wenn man mit einer Handvoll Blätter und einer Tasse Öl eine Art Vorstufe zu Pesto macht. Eingefroren behält es Farbe und Geschmack und kann durch Beigabe von Nüssen und Parmesan zu Pesto weiterverarbeitet werden. Für trockene Gewürzzubereitungen lassen sich die Blütenstän-

de inklusive der ölhaltigen Samen sehr gut verwenden. Bei kleinblättrigen Sorten lassen sich auch die Blätter gut trocknen.



Hier sieht man die Erntestelle, ganze Triebe. An den Blattachseln wächst das Basilikum doppelt weiter.

■ Dr. Doris Haidlen

Anregungen und Fragen gerne an doris@haidlen.at www.bin-im-garten.at

Links im Bild ist Basilikum 'St. Michele' in Mischkultur mit einer veredelten Schlangengurke. Rechts davon gedeiht das robuste, sehr spät blühende Basilikum 'Gorbatschow'.



Rezept

Basilikum-Likör



Frisches Basilikum (Blätter und Blüten) in eine Flasche füllen bis diese halbvoll ist. Dann mit Korn (38%) übergießen und den Sommer über bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

Zur Likörherstellung werden die Kräuter abgeseiht und der Basilikum-Korn mit Invertzucker nach Belieben gesüßt (z.B. 100 ml Invertzucker auf 400 ml Korn).

Invertzucker ist eine dickflüssige Zuckerklösung, die durch ihre sanfte Süße hervorragend für die Likörherstellung geeignet ist.

Rezept Invertzucker:

- 1 kg Zucker
- 500 ml Wasser
- ½ TL Zitronensäure
- ½ TL Natron

Zucker und Wasser mit Zitronensäure 15 Minuten sprudelnd einkochen und anschließend mit Natron (Speisesoda) neutralisieren. Dabei schäumt die Masse kurz auf. Abkühlen lassen und in eine saubere Flasche abfüllen. Ist ein Jahr haltbar.