

## Castagne – Herbstfreuden des Tessins

**Das Streifen durch Kastanienwälder im Tessin ist ein wunderschönes Erlebnis. Auf dem Sentiero del Castagno im Malcantone ist es erlaubt, die beliebten Früchte zu sammeln. Wie man Kastanien trocknet, zubereitet und welche Produkte im Handel erhältlich sind, erfahren Sie in diesem Bericht.**

Eine der schönsten Momente im Jahr ist für mich Wahltesinerin der Herbst. Mit Korb und Stock gehe ich jeweils auf die Suche nach Kastanien. Der landschaftlich einmalig schöne Sentiero del castagno im Malcantone zählt zu meinen Lieblingswanderungen in dieser Jahreszeit. Im Malcantone wurden seit Beginn der neunziger Jahre rund 60 Hektar Kastanienselven, so heissen die Haine, rekultiviert. Durch einen Teil dieser Selven führt auch der Kastanienweg. Die gesamte Strecke von Arosio nach Breno dauert fünf Stunden. Man kann den Sentiero aber auch problemlos in Teilabschnitten begehen, denn überall gibt es die Möglichkeit, mit dem Postauto wieder nach Arosio zu gelangen.

### **Kastanienselven sind vielseitig nutzbar**

Solche Kastanienselven sicherten einst das Überleben der armen Tessiner Bevölkerung. Ein Kastanienbaum, mit seinem Ertrag von 150 bis 200 kg genügte, um mehr als eine Person einen Winter lang zu ernähren. Daher kommt auch der Name Brotbaum. Ein solcher Kastanienhain, eine Selve, ist alles andere als ein verwilderter Wald, denn der Kastanienbaum benötigt die Pflege des Menschen. Er wird sonst von anderen Bäumen verdrängt. Eine solche Selve ist trotz menschlichem Eingriff ökologisch interessant; sie bietet vielen Tieren, wie Rehen, Wildschweinen, Spechten, Fledermäusen, diversen Vögeln und Ziegen reichlich Nahrung und Unterschlupf. Das Gras in den Selven wird auch als Weide für die Tiere genutzt; Hochlandrinder weiden sogar im Winter. Die Blätter der Kastanienbäume dienten vor allem früher als Streu, die Äste als Brennholz. Aus dem Stamm wird Bauholz, und die Kastanienblüten im Frühling liefern Honig. Die dünnen Blätter setzte man früher als Hustenmittel ein, und wurmstichige Kastanien gab man den Schweinen oder Kaninchen. Die besonders grossen Marroni verkaufte man. Wer den Sentiero del Castagno begeht, kann mit etwas Glück, einer neugierigen Ziegenherde eines Kastanienbauern begegnen.

Heute ist das anders, die Kastanien sind im Tessin ein Nischenprodukt. Kein Landwirt kann alleine von ihnen leben, aber die Früchte werden wieder vermehrt von einigen wenigen Bauern gesammelt und vermarktet. So kann man im Glücksfall auch Tessiner Kastanien kaufen. Die Ernte beträgt gemäss Auskunft des Försters Carlo Scheggia rund 30 bis 40 Tonnen. 21 Prozent aller Bäume im Tessin sind Kastanienbäume, im Norden ist es lediglich 1 Prozent. An milden Lagen, am Vierwaldstättersee, Genfersee, Zugersee und im Jura kann man ebenfalls vereinzelt Kastanienbäume finden. So stammten früher die Marroni in Luzern sogar aus Weggis. Die meisten im Tessin auffindbaren Edelkastanien sind nur selten Marroni, sie sind aber alle essbar. Im Tessin hat Marco Conedera fast 100 Sorten bestimmt, die heute, im Gegensatz zu früher, keine Bedeutung mehr haben. Welche Kastanien sich besonders gut zum Dörren oder zum frisch Essen eignen, das wussten die alten Tessiner genau

### **Wo ist das Sammeln von Kastanien erlaubt?**

Die Früchte, die in der Regel ab Mitte September bis zum 11. November im Tessin von Hand gesammelt werden, sind auch bei Touristen sehr begehrt. Dabei stellen sich viele die Frage: Wo darf man diese Naturdelikatessen sammeln? Manchmal fragen Touristen, ob dies dieselben Marroni sind, wie diejenigen der Maronihändler. Im Prinzip schon, nur eben meist keine Marroni, aber essbare Kastanien. Sammeln darf man nun die begehrten Köstlichkeiten in allen öffentlichen Wäldern im Tessin sowie auf dem Kastanienwanderweg rechts und links des Wegs, da der Sentiero auch einen didaktischen und vor allem touristischen Wert hat. Steht hingegen an Kastanienbäumen ein Schild

Privat oder sieht man eine gepflegte Selve abseits des Weges, so ist das Terrain wahrscheinlich in Privatbesitz, und man sollte an diesem Ort aufs Sammeln verzichten. Im Zweifelsfall könnte man im Dorf oder bei Einheimischen nachfragen. So hat zum Beispiel die Gemeinde Cavigliano im Pedemonte eine kleine Selve für die Bevölkerung rekultiviert, wo jedermann sammeln darf. In Breno, Malcantone, gibt es den Biobauern Giovanni Berardi, der Agriturismo anbietet. Bei ihm kann man Kastanien sammeln und die Ernte nach Gewicht bezahlen. Nach dem 11. November, darf überall gesammelt werden, doch zu diesem Zeitpunkt sind die guten Früchte meist schon lange weg.

Der Kastanienweg ist nicht nur wegen den Kastanien ein Muss für alle Naturfreunde, auch die alten stämmigen Bäume, im Alter von 100 bis teilweise über 300 Jahren sind eine Augenweide. Für mich sind sie Majestäten, die in allen vier Jahreszeiten ihren Reiz haben. Kastanienbäume können rund 500 Jahre alt werden, was bestimmt eine Ausnahme ist. Einer der ältesten Bäume im Tessin steht auf der Alp Brusino am Monte Giorgio. Doch ob er 1000 Jahre alt ist, wie man sich erzählt, daran zweifelt sogar der Förster zu Recht. Viele alte Bäume auf dem Sentiero sind innen hohl und dienen so unter anderen den Fledermäusen als beliebtes Versteck und werden ganz bewusst auf dem Sentiero belassen.

Wer sich beim Wandern unter einem dieser alten Kastanienbäume aufhält, wird womöglich die Energie der Bachblüte Sweet Chestnut spüren. Diese soll gemäss Edward Bach bei Verzweiflung und all jenen die die Grenzen ihrer Belastbarkeit erreicht haben, helfen. Die Wanderung auf dem Sentiero könnte vielleicht sogar eine therapeutische Wirkung beim verbreiteten Syndrom «Burn out» haben. Ferner soll Sweet Chestnut helfen, entscheidende Entwicklungsschritte einzuleiten. Gemäss Edward Bach nützt sie, wenn Neues kommen soll.

### **Wie Kastanien konservieren?**

Wer nach seiner Wanderung schwer beladen mit Kastanien den Heimweg gen Norden antritt, der stellt sich natürlich die Frage: Was tun mit dem Vorrat oder wie konserviere ich diesen Naturschatz möglichst lange und ohne grössere Einbussen? Mein Tipp sowie auch derjenige des Revierförsters Carlo Scheggia lautet: Die Früchte so frisch wie möglich rösten und zusammen mit einem Glas Rotwein, Süssmost oder Kastanienbier geniessen. Die Kastanien schmecken so immer noch am besten. Es empfiehlt sich, die gesammelten Früchte vor dem Rösten kurz in einen Eimer mit kaltem Wasser zu geben und zu warten, bis einzelne obenauf schwimmen. Diese entfernt man, weil sie wurmig sind. Alle unversehrten Früchte kann man zum Braten entweder im Ofen oder über dem offenen Feuer verwenden. Überzählige Früchte lässt man entweder nach alter Tessiner Tradition am besten in der Novena, das bedeutet neun Tage lang im Wasser, wobei man das Wasser öfters wechselt. Bei dieser Hydrotherapie entsteht Milchsäure und diese konserviert die Früchte. Dann trocknet man die Kastanien sehr gut an einem luftigen Platz und bewahrt sie anschliessend im Keller auf. Der Kühlschrank eignet sich nicht dafür, weil die Kastanien rasch austrocknen. Bei der zweiten Methode lässt man die Früchte für 50 Minuten bei 45 Grad heissen Wasser ziehen, dann trocknet man sie ebenfalls gut. Durch diese Art Pasteurisation werden die Kastanien ebenfalls einige Zeit haltbar. Die dritte Methode ist das tiefgefrieren. Dazu ritzt man alle Früchte mit einem Kastanienmesser ein und friert sie roh ein. Allerdings erleiden sie dabei einen deutlichen Geschmacksverlust. Für die nächste Castagnata gibt man die noch tiefgefrorenen Kastanien aufs offene Feuer oder auf ein Blech in den Backofen. Wer möchte, kann gegen Ende der Backzeit die heissen Marroni mit wenig Salz bestreuen und mit einem Schuss Merlot beträufeln. Dies ist ein alter Tessiner Brauch, der vor allem dem Geschmack dient.

**Vielleicht gibt es auch Sammlerinnen, die Vermicelles herstellen möchten? Diesen empfehle ich zunächst vor allem viel Geduld. Denn Kastanien schälen ist immer sehr aufwändig und zeitraubend. Leider gibt es dazu keinen wirklichen Geheimtipp. Die Kastanien müssen, wie für das Rösten, zuerst eingeritzt werden. Danach blanchiert man, nicht zu viele auf einmal, in kochendem Wasser, für einige Minuten. Anschliessend schält man sie so heiss wie möglich. Das Schälen ist immer viel Arbeit verbunden. Am meisten Spass macht es, dies zusammen mit Freunden bei einem Glas Rotwein zu tun. Ich persönlich bin aus diesem Grund froh, Biovermicelles in guter Qualität im Handel kaufen zu können.**

## **Kastanienholz – ein begehrter Werkstoff**

Nebst den beliebten Kastanien schenkt uns der Kastanienbaum auch sein wertvolles Holz. Dieses ist, dank hohem Tanningehalt, extrem witterungsbeständig. Es ist somit eine echte Alternative zum fragwürdigen Tropenholz. Wer seinen Garten mit einer wetterfesten Gartenbank schmücken möchte, dem sei eine aus Kastanienholz sehr zu empfehlen. Auch Schindeln und Parkettböden gibt es inzwischen aus diesem robusten Holz. Fensterrahmen und Spielgeräte sind ebenfalls ohne weitere Behandlung sehr witterungsbeständig.

## **Rezept**

### **Kastanien-Ziegenkäsecreme für Crostini**

1 Baguette

100 g Ziegenfrischkäse

100 g gekochte Kastanien aus dem Glas ( etwa von La Pinca)

1 Zweig Basilikum

1/2 Bund glatte Petersilie

etwas guter Balsamicoessig

Ein Hauch abgeriebene Schale einer Biozitrone

4 EL Olivenöl extra vergine

Pfeffer

Kräutersalz

Alle Zutaten in einer Moulinette / Cutter zu einer streichfähigen Masse verarbeiten. Auf geröstete Baguette-Scheiben servieren. – Mein Lieblingsrezept.

## **Bioterra-Service**

**Buchtip:** Kastanien, Erica Bänziger, Fredy Buri, Fona-Verlag, Lenzburg, 2008, ca. Fr. 28.--  
Bergeller Edelkastanien, Horst Gutekunst, Eigenverlag, .....

## **Websites:**

[www.kastanien.net](http://www.kastanien.net) Vereinigung Pro Kastanie Zentralschweiz, Kastanienhilbi in Greppen, immer am dritten Sonntag im Oktober, grosser Markt mit vielen Kastanienprodukten

[www.ascona.ch](http://www.ascona.ch) Kastanienfest in Ascona, in der Regel die ersten zwei Sonntage

[www.tofu-bio.ch/d/propinca.html](http://www.tofu-bio.ch/d/propinca.html) Kastanienprodukte

[www.kastanienbank.ch](http://www.kastanienbank.ch) Gartenmöbel und Holz

[www.malcantone.ch](http://www.malcantone.ch) Kastanienwanderweg im Malcantone

[www.almafold.ch](http://www.almafold.ch) Agriturismo von Giovanni Berardi

[www.basset-ti.ch](http://www.basset-ti.ch) Produkte aus Kastanien

## **Der besondere Genuss und Gourmet Tipp:**

Kastanienessplausch und Wandern auf dem Sentiero del Castagno zusammen mit Erica Bänziger, in der Casa Santo Stefano in Miglieglia von 16. bis 17. Oktober 2010, Detailprogramm und Preise unter [www.casa-santo-stefano.ch](http://www.casa-santo-stefano.ch)