



Westafrikanische Küche trifft auf die Schwälmer Rübe: Michael Nganda, Koch auf dem Bio-Hofgut Richerode, hat schon mal gezeigt, was man aus der Steckrübe alles zaubern kann. Seine Rübchen-Kreation nennt er „Rübchen-Samosa“.

02.09.2021 16:39 CEST

„Schwälmer Rübchen“ neu entdecken: Hephata verbindet regionales Gemüse mit internationaler Küche

Die beliebten Bio-Kartoffeln vom Hofgut Richerode sind in der Region bekannt – jetzt gibt es eine weitere tolle Knolle aus einer Co-Produktion der Sozialen Landwirtschaft der Hephata Diakonie mit der Hephata-Gärtnerei: die Steckrübe, bei der älteren Generation in Nordhessen auch bekannt als „Unnerkohlrabi“ (hochdeutsch: Unterkohlrabi).

Im Frühsommer wurden die Samen auf einem 1500 Quadratmeter großen

Acker in der Nähe der Hephata-Gärtnerei in Treysa ausgesät. Ab Mitte September werden sie geerntet und können dann in der Hephata-Gärtnerei erworben werden. Die Steckrüben sind auf Initiative der Ökomodellregion Schwalm-Eder und Stefan Itter, Koordinator der Region, gesät worden. Zu dieser gehört auch die Hephata Diakonie. Die Hephata Diakonie fungiert in dieser Region als Anbauer und zugleich auch als Bündler und zentraler Anbieter des Biogemüses. Neben der Hephata Diakonie werden die Schwälmer Rübchen auch auf dem Ökobetrieb der Familie Kohl in Gilserberg und dem Biobetrieb Ruhlgut in Morschen angebaut.

Die Rübchen der Hephata Diakonie sind im Zusammenspiel der Mitarbeitenden aus der Gärtnerei und dem Hofgut Richerode gesät worden. Die Beschäftigten der Hephata-Gärtnerei haben die Aussaat übernommen. Die Pflege, die Ernte, das Verpacken und auch der Verkauf wird von den Mitarbeitenden des Hofguts geleistet. Der Hof bietet 56 Menschen mit einer Behinderung Arbeit, erklärt Betriebsleiter *Frank Radu*. „Wir sind sehr glücklich, dass wir etwas Neues wagen und die Steckrübe in unser Sortiment aufnehmen“, sagt Frank Radu.

Anbau, Vertrieb und küchenfertige Zubereitung – das alles leisten die Beschäftigten auf dem landwirtschaftlichen Betrieb der Hephata Diakonie. Mit einer Gemüsewaschmaschine werden die Rüben nach der Ernte für die weitere Verarbeitung und den Verkauf gesäubert, bevor sie verpackt und an glückliche Kunden übergeben werden, erklärt Frank Radu. Der Lebensmitteleinzelhandel habe bereits Interesse als Abnehmer für die Rüben bekundet, sagt Frank Radu. Im Besten Fall werden sie einmal genau wie die Richeröder Kartoffeln auf Gut Halbersdorf in verschiedene Kilogramm-Säcke verpackt und sind schon wenig später in den Regalen der Supermärkte zu finden.

Dabei hofft Radu vor allem auch eins: Dass die Steckrübe eine Renaissance als Traditionsgemüse erlebt. Denn der missliche Ruf der Knolle hält sich bis heute zäh. Unter der älteren Generation sei die Steckrübe nicht selten als Kriegsgemüse verschrien. Während des Ersten Weltkrieges in den Jahren 1916/1917 sorgte schlechtes Herbstwetter für eine desaströse Kartoffelernte. Als Ersatz wurde die Steckrübe herangezogen und der Winter 1916/1917 ging in die Geschichte als der „Steckrübenwinter“ ein.

„Die Menschen bereiteten aus der Knolle jede mögliche Variation: Steckrübensuppe, Steckrübenauflauf, Steckrübenkoteletts und beispielsweise

Steckrübenbrot. Bis man sie nicht mehr sehen konnte“, sagt Radu. Dabei ist die Knolle äußerst gesund. In ihr stecken Vitamin B1, B2 und Vitamin C, sowie Traubenzucker, Eiweiße und viele Mineralstoffe, weiß Frank Radu.

Neben den gesunden Inhaltsstoffen kann die Rübe aber auch mit ihrem Geschmack punkten. „Der ähnelt dem einer Möhre oder einer Pastinake“, erklärt Radu. Und, um zu beweisen, wie vielfältig die gesunde Knolle sein kann, gibt es schon bald einen kleinen Vorgeschmack auf die Rübchen Hof: Koch Michael Nganda kommt aus Uganda und leistet aktuell seinen Internationalen Freiwilligendienst auf dem Hofgut Richerode. Er wird eine seiner Kreationen am 10. Und am 19. September bei zwei Veranstaltungen vorstellen.

Ein Vorgeschmack auf die Schwälmer Rübe der Hephata Diakonie

Am 10. September findet eine interne Veranstaltung der Öko-Modellregion in Gilserberg auf dem Weidehof der Familie Kohl statt. Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen neben der neuen Öko-Modellregion auch die Schwälmer Rübchen. Die Hessische Umweltministerin, Priska Hinz, sowie der Erste Kreisbeigeordnete, Jürgen Kaufmann, werden anwesend sein. Michael Nganda wird im „Für Uns“ – Foodtruck der Hephata Diakonie kochen und seine Kreation der Rübe präsentieren.

Eine weitere Kostprobe gibt es am 19. September auf dem Hofgut Richerode. Der Bio-Hof gehört zu einer der Stationen des Jesberger Radlertages 2021. Die gesamte Strecke führt durch alle Ortsteile der Gemeinde Jesberg. Gestartet werden kann ab 10 bis 15 Uhr. Koch Michael Nganda wird mit dem Hephata-Foodtruck auf dem Hofgut Richerode seine Interpretation der Steckrübe anbieten. Radler und Besucher können dort eine Pause einlegen und sich mit einem leckeren Rüben-Snack und Getränken für die weitere Fahrt stärken.

Das Bio-Hofgut Richerode Auf dem Hofgut Richerode arbeiten 15 anleitende Mitarbeitende und 56 Menschen mit Behinderungen. Sie bewirtschaften dabei 120 Hektar, wovon 40 Hektar Grünland und 80 Hektar Anbaufläche sind. Die Kartoffel-Ernte des Hofguts beträgt jährlich 250 Tonnen. Die Kartoffeln werden voll verwertet: B-Ware, die der Handel nicht abnimmt, werden im Hephata eigenen Kartoffelschälbetrieb weiterverarbeitet. Die Schalen dienen als Futter für die Nutztiere. Dabei ist das Bio-Hofgut, wie auch die anderen vier landwirtschaftlichen Betriebe der Hephata Diakonie, eine anerkannte Werkstatt für Menschen mit Behinderungen. Außerdem sind die landwirtschaftlichen Betriebe nach den strengen Richtlinien von Bioland zertifiziert und tragen das „Bio-Siegel Hessen“.

Mehr zum Rezept: Schwälmer Rübchen trifft auf Afrikanische Küche

Schwälmer Rübchen-Samosa

Samosas sind gefüllte Teigtaschen. Sie sind in Afrika weit verbreitet, genau wie in Indien und Pakistan. Sie werden oft mit übrig gebliebenen Speisen, zum Beispiel mit den Resten eines Gemüsecurrys, mit Reis und Kartoffeln, aber auch mit Hackfleisch, Käse, Eiern oder Fisch gefüllt.

Der Teig:

Für den Teig werden nur vier Zutaten benötigt: In einer Rührschüssel 150 ml Wasser, fünf Esslöffel Öl, einen Teelöffel Salz und 280 Gramm Weizenmehl zusammenrühren. Den Teig in der Schüssel für eine halbe Stunde ruhen lassen. Danach den Teig wie Crepes in einer Pfanne leicht anbraten.

Zutaten für die Füllung:

- Steckrübe
- Erbsen
- Kartoffeln
- Möhre
- Zwiebeln
- Knoblauch
- Sellerie
- Liebstöckel (Maggikraut)

Die Füllung:

Steckrüben, Kartoffeln, Möhren und Sellerie waschen und in Würfel schneiden. Einen Esslöffel Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Zwiebeln, Kartoffeln, Sellerie und Liebstöckel klein schneiden. Alles zusammen in die Pfanne geben und leicht andünsten und danach abkühlen lassen. Aus dem Teig Halbkreise ausschneiden und diese dann mit dem gedünsteten Gemüse füllen. Die Teigtaschen können entweder frittiert, gebraten oder im Backofen zubereitet werden.

Tipp von Michael Nganda: Einen frischen Salat dazu: Steckrüben, Karotten, Zwiebeln und Möhren in feine Streifen schneiden. Mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Hephata engagiert sich als diakonisches Unternehmen seit 1901 in der Rechtsform eines gemeinnützigen Vereins für Menschen, die Unterstützung brauchen, gleich welchen Alters, Glaubens oder welcher Nationalität. Wir sind Mitglied im Diakonischen Werk. Hinter unserem Unternehmensnamen steht ein biblisches Hoffnungsbild: während Jesus einen Mann heilt, der taub und stumm ist, spricht er das Wort „Hephata“. (Markus 7, 32-37)

In evangelischer Tradition arbeiten wir in der Jugendhilfe und der Behindertenhilfe, in der Rehabilitation Suchtkranker, in Psychiatrie und Neurologie, in der Heilpädagogik, der Wohnungslosenhilfe, in Förderschulen und der beruflichen Bildung. In unserer Tochtergesellschaft Hephata soziale Dienste und Einrichtungen gGmbH (hsde) bieten wir zudem an mehreren Standorten ambulante und stationäre Hilfen für Seniorinnen und Senioren an.

Wir bilden Mitarbeitende für verschiedene Berufe der sozialen und

pflegerischen Arbeit, auch in Kooperation mit der Evangelischen Fachhochschule Darmstadt, aus. Wir legen Wert auf eine theologisch-diakonische Qualifikation.

Hephata Diakonie beschäftigt aktuell mehr als 3.000 Mitarbeitende. Sie arbeiten in unterschiedlichen Berufsfeldern, sind gut qualifiziert und entwickeln die Leistungsangebote zukunftsorientiert weiter. Diakone und Diakoninnen und Interessierte organisieren sich in der Diakonischen Gemeinschaft Hephata.

Hephata Diakonie ist in Hessen und angrenzenden Bundesländern tätig. Der Sitz unseres Unternehmens ist seit Beginn in Schwalmstadt-Treysa.

Kontaktpersonen



Johannes Fuhr

Pressekontakt

Leiter interne und externe Kommunikation

johannes.fuhr@hephata.de

06691181316



Melanie Schmitt

Pressekontakt

Stellvertretende Leiterin interne und externe Kommunikation

melanie.schmitt@hephata.de

06691181316