

Kastanien

in der Küche

Die bekannten Kastanien sind für uns nicht genießbar oder sogar schwach giftig. Diese **Roskastanien** werden nur von Tieren gefressen. Selten anzutreffen sind **Esskastanien** (im Bild rechts), weil sie bei uns nicht als Straßenbäume angepflanzt werden.

In ihrer Heimat, wo sie wild vorkommen, etwa in Bergregionen von Frankreich und Italien, werden sie in Wäldern gesammelt und dienen den Menschen als Nahrung.

Lange Zeit galten die Esskastanien als Arme-Leute-Essen. Wie bei anderen Wildobst- und Gemüsearten entstanden aber durch Auslese und Züchtung bald neue Sorten mit größeren, aromatischeren Früchten.

Im Handel sind heute fast ausschließlich **Maronen**, die im Geschmack und der Größe der Früchte kaum noch mit den Wildfrüchten zu vergleichen sind. Aus den Arme-Leute-Kastanien sind so begehrte Früchte geworden, die ihren Preis haben und in der Küche als Delikatesse gelten.



Ess-Kastanie
(*Castanea sativa*)
im Botanischen
Garten Rombergpark

Maronen kann man nicht lange lagern, deshalb sollten Früchte nur für den baldigen Verzehr gekauft werden. Sie müssen erhitzt werden, im Backofen oder kochendem Wasser. Vorher wird die Schale kreuzweise eingeschnitten, damit sie nicht platzen. Danach löst sich die Schale und die Fruchthaut, die Maronen sind nun weich und haben ihr feines Aroma. Im Handel sind vorgekochte Maronen in der Dose oder vakuumiert erhältlich. Zum Backen wird Kastanienmehl angeboten.

Interessante **Rezepte** für die Verarbeitung in der Küche finden sich in Kochbüchern oder im Netz, z. B.: www.essen-und-trinken.de/maronen



Links: Maronen und Wildfrüchte, letztere aus dem Rombergpark; rechts: verschiedene Maronenprodukte aus dem Handel | Fotos: Freundeskreis Botanischer Garten Rombergpark



Freunde und Förderer des Botanischen Gartens Rombergpark e.V.
Am Rombergpark 35a | 44225 Dortmund | 0231/13 09 82 03
info@freundeskreis-bg-rombergpark.org
www.freundeskreis-botanischer-garten-rombergpark.org
Infoblatt »Kastanien in der Küche« | 06.10.2019

