

## GARTENTIPP

# Bittere Kürbisse

von Susanne Goroll

**D**as Kürbisdrama nahm seinen Anfang mit der Nachricht: 79-jähriger stirbt nach Verzehr von Zucchini, die er aus selbstgewonnenen Samen gezogen hatte. Seitdem werden allenthalben Warnungen gegen die eigene Saatguterzeugung von Kürbisgewächsen, zu denen auch Zucchini, Gurken und Melonen gehören, verbreitet. Um das Ganze zu relativieren und Licht in das Dunkel undifferenzierter Informationen zu bringen, genügen ein paar grundlegende Fakten.

Der Gärtner wusste zunächst einmal nicht, dass man bitter schmeckende Kürbisse auf keinen Fall essen sollte. Zucchini gehören zu der Kürbisart *Cucurbita pepo*, wie auch der Zierkürbis, der aller Wahrscheinlichkeit nach der Übeltäter war. Nur er bildet den giftigen Bitterstoff Cucurbitacin in größeren Mengen aus und kann diese Eigenschaft mithilfe der Bestäuber an Speisekürbisse der eigenen Art weitergeben.

## Bitterstoffe

Bitterstoffe können gesund oder schädlich, lecker oder eklig sein. Wildgemüse, Kräuter und Salate mit Bitteranteilen gelten als gesundheitsförderlich.

Anders verhält es sich beim Cucurbitacin. Diese giftige Substanz wurde aus der Gattung der Kürbisgewächse, die zu Speisezwecken dienen, herausgezüchtet. Dazu gehören Kürbisse, Zucchini, Gurken und Melonen. Bei Zierkürbissen, die nicht gegessen werden, sind diese Bitterstoffe noch enthalten. Schon wenige verschluckte Bisse reizen deutlich spürbar die Schleimhäute, können Erbrechen, Durchfall, starken Speichelfluss und Kopfschmerzen auslösen. Ausschließlich Kürbisse der Art *Cucurbita pepo* können sich mit Zierkürbissen kreuzen. Da die Bestäuber, wie Bienen und Hummeln, Entfernungen von bis zu 500 m zurücklegen, schützt der Anbau mit einem entsprechenden Sicherheitsabstand oder Isolationsmaßnahmen vor Verkreuzungen.

Heute sind alle im Handel befindlichen Speisekürbisgewächse fast bitterfrei. Nur unter Trocken- oder Hitzestress können die Bitterstoffe in schwacher Konzentration auftreten.

Die Älteren erinnern sich, dass früher vor der Gurkenzubereitung grundsätzlich von den Enden gekostet wurde. Diese Ge-



**Stängelansätze von Pepo-, Maxima- und Moschus-Kürbis (von oben nach unten)**

FOTOS: TIM SACKTON (WIKIMEDIA), SUSANNE GOROLL, ZENON SYCH (WIKIMEDIA)

schmacksprobe bietet sicheren Schutz vor einer verdorbenen Mahlzeit. Es wurde immer vom Blüten- zum Stielende geschält, um etwaige Bitterstoffe beim Schälen nicht über die ganze Frucht zu verteilen.

## Am Fruchtstängel zu erkennen

So ist es denn gut zu wissen, zu welcher Art von Kürbissen die eigenen und gegebenenfalls die in den umliegenden Gärten gehören. Die drei häufigsten Arten, die hierzulande angebaut werden, sind Pepo-, Moschus- und Maxima-Kürbisse. Mit Moschus- und Maxima-Kürbissen ist man grundsätzlich auf der sicheren Seite. Es ist nur eine Verkreuzung innerhalb ihrer eigenen Art möglich, daraus entsteht in der nächsten Generation zwar eine neue Sorte, aber sie ist essbar und kann durchaus schmackhaft sein.

### Pepo-Kürbis (*Cucurbita pepo*)

Die Stängel haben fünf Haupt-Längsrippen, zwischen denen weitere Rippen ausgebildet sein können, und sind leicht bestachelt. Dazu gehören Zierkürbis, Zucchini, Patisson (Ufo-Kürbis), Rondini, Spaghettikürbis, Ölkürbis.

### Maxima-Kürbis (*Cucurbita maxima*)

Die Stängel sind verkorkt und rund, 1 bis 6 cm dick. Wenn die Frucht reif ist, löst er sich oft von selbst. Dazu gehören Hokkaido, Roter und Gelber Zentner, Buttercup und Turbankürbis.

### Moschus-Kürbis (*Cucurbita moschata*)

Die Stängel sind kantig bis scharfkantig, können rau sein und kleine Höckerchen ausbilden. Die Stängelbasis ist entweder weit ausladend oder wirkt eingeschnürt und sitzt auf der Frucht. Dazu gehören Muscade de Provence und Butternut. ◀

## Quellen

Kürbis, Kiwano & Co. – Der Katalog zur Ausstellung, 3 Bände.

Hammer, K., Gladis, Th. und Hethke, M. (Hrsg.) 2002

(Ausstellung des Vereins zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V. (VEN) und der Universität Kassel)

Download der 3 Bände unter: [bit.ly/3ISmTlf](http://bit.ly/3ISmTlf)