

Die Baumnuss ist zurück im Thurgau

Thurgauer Bauern setzen seit einigen Jahren vermehrt auf die Baumnuss. Blühen und Wachstum ist für sie aber keine Option: Sie warnen vor Preiszerfall.

Sabrina Manser und Stefan Marolf

Die Schweiz war nie ein Nussland. Zwar gehörte in den vergangenen Jahrzehnten zu jedem Bauernhof auch ein stattlicher Nussbaum – wirtschaftliche Bedeutung hatte dessen Frucht aber nie. Von den Baumnüssen, die hierzulande konsumiert werden, stammen rund 95 Prozent aus der Region Grenoble in Frankreich. Die Schweiz importiert von dort jährlich rund 1000 Tonnen Baumnüsse mit Schale – und das, obwohl Potenzial zur Selbstversorgung bestünde.

«In den 50er-Jahren standen in der ganzen Schweiz rund eine halbe Million Nussbäume», sagt einer, der es wissen muss. Heinrich Gubler aus Hörhausen kennt die Geschichte der Baumnuss wie kein Zweiter. Er besitzt die einzige Baumschule der Schweiz, die auf Nüsse spezialisiert ist, und hat eine Sammlung von 300 verschiedenen Sorten angelegt. Im für die Nussbäume verheerenden Jahr 1956 war Gubler einjährig – sein Vater hat ihm von den Geschehnissen erzählt. «Die Bäume standen nach einem warmen Januar schon voll im Saft.» Was dann passierte, ist in zahlreichen Medienberichten und in einer Publikation des Kantons Thurgau dokumentiert. Innerhalb von zwei Tagen sei die Temperatur von deutlich über 0 auf minus 20 Grad gefallen. «Dieser extreme Witterungsschwung raffte zwei Drittel aller Nussbäume dahin.» Die Baumrinden seien damals regelrecht aufgeplatzt. «Ein solcher Temperatursturz ist das Schlimmste, was einem Nussbaum geschehen kann.»

Der Obstbäume Leid ist der Nussbäume Freude

Der Baumbestand erholte sich in den folgenden Jahrzehnten kaum. «2008 standen im ganzen Land nur etwa 130 000 Nussbäume», sagt Heinrich Gubler. Dann brachte eine eigentlich ungünstige Begebenheit die Wende: zumindest im Thurgau. In den Jahren 2000 bis 2007 richtete der Feuerbrand grosse Schäden an Obstkulturen, darunter Apfelbäumen, an. Die bakterielle Pflanzenkrankheit lässt junge Pflanzen innert Wochen, gestandene Bäume innerhalb von Monaten absterben und kann sich rasant ausbreiten. Die Folge waren grossflächige Rodungen, die die Krankheit eindämmten.

Um den Obstbau im Apfelkanton zu sichern, erarbeitete der Kanton Thurgau mit dem Amt für Umwelt, dem Thurgauer Obstverband, dem Thurgauer Vogelschutz, der Pro Natura Thurgau und dem WWF Thurgau eine Strategie. Urs Müller, der Leiter Obst Gemüse Beeren im Bildungs- und Beratungszentrum Arenenberg, leitete das Obstbauprojekt. Er sagt: «Wesentlicher Teil der Strategie war es, auf Bäume zu setzen, die weniger anfällig auf Feuerbrand sind.»

Einer dieser Bäume ist der Nussbaum. Für die Thurgauer Bauern wur-

de die Pflanzung neuer Nussbäume ab 2009 nicht nur wegen ihrer Resistenz gegenüber dem Feuerbrand interessant, sondern vor allem auch wegen der Direktzahlungen. Wie aus dem Schlussbericht des Projekts hervorgeht, zahlte der Kanton pro Baum einen Pflanzbeitrag von 100 Franken und fünf Jahre später einen Restbetrag von nochmal 400 Franken. «In den vier Pflanzjahren zwischen 2009 und 2013 sind rund 6000 Nussbäume gepflanzt worden», sagt Müller. Der Kanton Thurgau gab so bis 2013 rund drei Millionen Franken für Nussbäume aus.

Neue Sorten bringen bessere Erträge

Trotz dieser enormen Investitionen war mit der Baumnuss weiterhin kaum eine Rendite zu erwirtschaften. Die subventionierten Bäume seien terminale Sorten, sagt Heinrich Gubler. Diese seien, ähnlich wie die Hochstämme unter den Apfelbäumen, wenig geeignet für eine intensive Nutzung. Für einen ertragreichen Nussanbau seien die neueren lateralen Sorten besser. «Im Gegensatz zu den einheimischen terminalen Sorten blühen sie nicht nur an den Endknospen, sondern auch an Seitentrieben», sagt Gubler. Damit ergäben laterale Sorten mehr Nuss auf gleicher Anbaufläche.

Aus diesem Grund haben sich Heinrich Gubler und sein Sohn Christof für einen intensiven Anbau mit lateralen Sorten entschieden. Die beiden verfolgen ein gemeinsames Ziel: «Wir wollen von den Nüssen leben, nicht von den Direktzahlungen.» Zusammen mit fünf weiteren Produzenten gründete Christof Gubler 2019 die Nuss Thurgau AG, mit dem Ziel, die Baumnuss zu vermarkten. «Die Lieferanten der AG bewirtschaften 32 Hektaren professionell», sagt Christof Gubler. Die acht Tonnen Nüsse, die heuer auf der Fläche

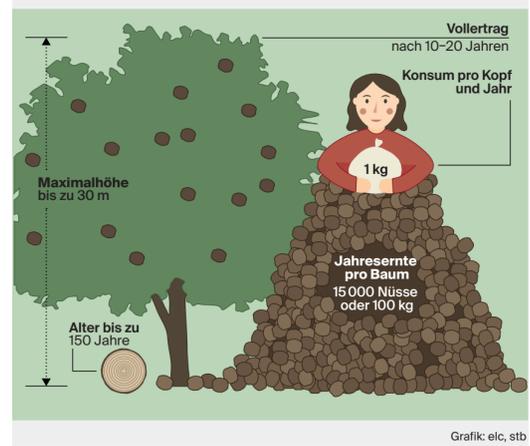
aller sechs Produzenten geerntet worden sind, würden grösstenteils direkt über Hofläden verkauft – zum stolzen Preis von bis zu 18 Franken pro Kilogramm. Christof Gubler: «Aufgrund der erhöhten Produktionskosten sind unsere Nüsse rund dreimal teurer als die Konkurrenz aus Frankreich. Dafür bieten sie einen Mehrwert.»

Um trotz seines teuren Produkts im Markt zu bestehen, hat er einen Plan: «Das Ziel aller Schweizer Produzenten ist es, schweizweit höchstens einen Fünftel des Imports aus Frankreich durch eigene Nüsse zu ersetzen.» Mehr solle es nicht sein, sagt Gubler, denn: «Dann fiel der Preis zusammen.» Der hauptberufliche Gemüseberater Gubler spricht aus Erfahrung. Seine Schätzungen zum Nussmarkt beruhten auf anderen Produkten wie Spargeln, deren Import, genau wie derjenige der Nüsse, nicht durch Zölle geschützt sei.

Weil Christof Gubler aktuell aber noch weit weg von der Höchstmenge ist und sich keine Sorgen über einen Preiszerfall machen muss, hat er in Frauenfeld eine neue Nussplantage angelegt. «Die Bäume werden frühestens in zehn Jahren den Vollertrag liefern.» Bis dann soll die Thurgauer Nussproduktion auf 80 bis 100 Tonnen steigen. Selbst wenn das gelingt, bleibt die Nuss ein Nischenprodukt. Auf eine Hektare Nussbäume kommen im Thurgau weiterhin 40 Hektaren Apfelbäume.

Zumindest in Sachen professioneller Vermarktung holt die Baumnuss im Apfelkanton aber in grossen Schritten auf. Christof Gubler: «Am Mittwoch ging eine erste Lieferung an den Manor, nächsten Dienstag geht eine an den Coop.» Die gesamthaft drei Tonnen Thurgauer Baumnüsse, die ab Mitte November erstmals in den Regalen der Detailhändler stehen werden, kommen gerade rechtzeitig – pünktlich vor dem Samichlaus.

Zahlen und Fakten zu Baum und Nuss



Alt-Wiener Vanillekipferl nach Grossmutter Rezept

Rezept Baumnüsse haben zur Samichlaus- und Weihnachtszeit Hochsaison. Die Nuss steckt unter anderem in Vanillekipferln. So werden sie gemacht. Man nehme:

- 300g Mehl
- 100g Baumnüsse
- 70g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 250g Butter

Im nächsten Schritt die Zutaten zu Teig verarbeiten und ruhen lassen. Dann vorsichtig die Vanillekipferl formen und sie bei 100 °C während 20 bis 25 Minuten backen. Zum Schluss die noch warmen Kipferl wenden in:

- 150g Puderzucker vermischt mit
- 2 Päckchen Vanillezucker

Fertig ist das Nussgebäck. (mas)



«Wir wollen von den Nüssen leben, nicht von den Subventionen.»



Christof Gubler
Nussproduzent aus Hörhausen

Von Heilmittel über Haarfarbe bis Tee

Geschichte «Die Baumnuss gibt es schon länger als uns Menschen.» Schon vor 65 Millionen Jahren sei die Nuss auf der Erde gewachsen, sagt Karin Peter, Esskulturhistorikerin aus Kreuzlingen. Ursprünglich kommt der Nussbaum, auch Walnussbaum genannt, aus Asien und dem östlichen Mittelmeergebiet. Die Römer brachten den Nussbaum nach Europa, vor 2000 Jahren auch in die Schweiz.

Wie Kunsthistorikerin Peter sagt, kämen in Kochbüchern aller Epochen Nüsse nur selten vor. «Das heisst aber nicht, dass man Nüsse nicht kannte oder verwendete», sagt Peter. Dass man in der Schweiz kommerziell Nussbäume anpflanzt, sei eher neu. Die Kunsthistorikerin sagt: «In früheren

Zeiten haben die Leute die Nüsse einfach gesammelt.» Sie seien damals wertvoll gewesen, da die Baumnüsse sehr nahrhaft seien. Ausserdem würden sie sich gut lagern lassen. «Deshalb sind die Nüsse früher für den Winter wichtig gewesen.» Es gebe eine Faustregel, die laute: Mit drei Baumnüssen am Tag kann man überleben.

Baumnessblätter dienen als Tabakersatz

Die Griechen hätten die Baumnuss als Arzneimittel gebraucht, weil die Nuss gesund sei. Auch die Nussbaumblätter wurden vielfältig benutzt: Beispielsweise habe man aus den Blättern Tee gemacht. In schwierigen Zeiten habe man die getrockneten Nussbaumblätter so-

gar als Tabakersatz verwendet. Eine weitere Eigenschaft der Blätter und der Schalen der Baumnüsse sei, dass sie sich braun verfärbten. «Früher färbten sich die Frauen ihre Haare mit Nussbaumblättern», erzählt Peter. Auch Stoffe seien damit eingefärbt worden. Das Nussbaumholz gilt als das wertvollste und teuerste einheimische Holz. Als Delikatesse gelten nach Peter eingemachte Baumnüsse, die sich mit der Zeit schwarz verfärbten. Die noch unreifen, grünen Nüsse würden mit der Schale mit Zucker und Alkohol eingemacht. Eine weitere Spezialität sei Baumnessöl, welches Gerichten einen feinen Nussgeschmack verleihe.

Sabrina Manser

Was die Nuss tatsächlich kann

Superfood Omega-3-Fettsäuren, hoher Eiweissgehalt, Magnesium, Eisen, Zink, Kalzium, Phosphor und Vitamin E: Die Baumnuss scheint es, draufzuhaben. Überzeugt von der Nuss ist auch David Fäh, Dozent und Wissenschaftler für Ernährung und Diätetik an der Berner Fachhochschule. Er bezeichnet die Nuss als «Päckli an gesunden Inhaltsstoffen». Der Ernährungswissenschaftler sagt: «Eine Hand voll Nüsse kann man gut täglich zu sich nehmen.» Doch was die Nuss alles kann, dazu kursieren im Internet viele Mythen. Was stimmt tatsächlich?

— **Intelligenter wird man von den Nüssen nicht:** Es fehlen laut Fäh Studien, die beweisen können, dass Baumnüsse zu einem höheren IQ führen. Eine ausgewogene Ernährung sei aber sehr wohl wichtig für die Entwicklung des Gehirns.

— **Baumnüsse verbessern den Cholesterinspiegel:** Baumnüsse würden den Blutzuckerwert positiv beeinflussen. Dies bedeutet aber laut Fäh nicht



David Fäh, Ernährungswissenschaftler an der Berner Fachhochschule. Bild: PD

automatisch, dass das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkten oder Hirnschlägen gesenkt wird. Zudem schränkt der Ernährungsexperte die Aussage damit ein, dass immer die ganze Ernährung betrachtet werden müsse.

— **Baumnüsse fördern die Verdauung:** Auch wenn es bei jeder Person sehr individuell sei, würden Baumnüsse grundsätzlich die Verdauung fördern. Dies, weil sie einen hohen Faseranteil hätten, was die Darmflora positiv beeinflusse.

— **Es ist unklar, ob Baumnüsse gegen Krebserkrankungen schützen:** Nüsse könnten möglicherweise indirekt eine Rolle bei Krebserkrankungen spielen. Denn beispielsweise Dickdarmkrebs oder Krebsarten der Geschlechtsorgane könne durch Adipositas mitverursacht werden. Rohes und ungesalzene Nüsse würden laut Ernährungsexperten helfen, ein gesundes Körpergewicht zu halten.

— **Mit Baumnüssen kann man abnehmen:** Dadurch, dass Baumnüsse sättigen, könnten sie bei der Gewichtskontrolle hilfreich sein. Fäh betont, dass es stets auf die ganze Ernährung ankomme.

— **Baumnüsse helfen nicht unbedingt beim Muskelaufbau:** David Fäh empfiehlt Eiweisse aus tierischen Quellen wie beispielsweise Milchprodukten, wenn man Muskeln schnell und effizient aufbauen wolle. Aber für Vegetarier und Veganer sei die Nuss ein guter Eiweisslieferant. (mas)

