

Leckerbissen der Natur

Vergessene Kräuter sollen wieder auf den Tisch

Von DIRK STEINMETZ

OLDENBURG – Jetzt ist es soweit, denn die meisten der rund 30 verschiedenen Kräuter im Gewächshaus der Oldenburger Gärtnerei Otto können gerntet werden. Ali Moshiri, Initiator des Gewürzgartens unter Glas, nutzt die Chance und lädt mit Jan Ulf Otto, Geschäftsführer der Gärtnerei, bis Sonntag, dem 10. August, zur „Persischen Woche“ ein.

„Im Vordergrund dieser Woche stehen Kräuter und Gewürzpflanzen, aber auch persische Kultur und Lebensgewohnheiten. Kurz Kultur zum Anfassen“, erklärt der in Pharmakologie promovierte Ali Moshiri.

Besuchern bietet er eine Führung durch den Gewürzgarten an. Neben allerlei Geschichten über die Heilpflanzen und ihre medizinischen Einsatzgebiete, sind seine Gäste vor allem eingeladen zu kosten. Hier ein Bissen vom Basilikum,

hier ein Häppchen Minze oder Dill, dazu Tomaten und vielleicht ein Strunk Majoran.

Nur so können viele längst in Vergessenheit geratene Speisekräuter den Weg auf die Esstische wieder finden. Moshiri: „Was gibt es Frischeres, Schmackhafteres und Gesünderes als Kräuter?“

Daß dem so ist, davon können sich Besucher selbst überzeugen. Neben verschiedenen Tees, zum Beispiel aus Orangenblüten, bietet der leidenschaftliche Hobbykoch Moshiri auch persische Aufläufe und Gerichte an. Natürlich alle mit frischen Kräutern verfeinert.

Gerade in einer Zeit, in der eine Fast-food-Gesellschaft heranwächst, freut sich der Kräuterfachmann, wenn Kinder Geschmack finden an den vielen grünen Pflänzchen. Neben all dem guten Geschmack, so betont er, trage der Verzehr auch zur Stärkung des Immunsystems des Menschen bei.

Ob nun Magen, Nieren und Herz gestärkt werden, oder „nur“ das Wohlbefinden gesteigert werden kann, ein prophylaktischer Schutz ohne Nebenwirkungen ist es allemal, so der Tiermediziner und Biologe weiter.

Je nach Wunsch seiner Kunden stellt er kleine Kräutersträuße zusammen oder bietet Topfkulturen an. Bei der ganzen Geschichte geht es erst einmal darum, Aufklärungsarbeit zu betreiben und Mitmenschen auf die kleinen Leckerbissen der Natur aufmerksam zu machen. Für Ali Moshiri jedenfalls ist es ein sehr gutes Gefühl, „Gesundheit zu verkaufen“. Für die Zukunft hat er noch weitere Träume. Er hofft irgendwann ein richtiges Gesundheitszentrum mit Beratung, Arztpraxis und Gastronomie zu eröffnen. Seine Kräuter werden ihn jedenfalls nicht im Stich lassen, denn die wachsen hervorragend unter schleswig-holsteinscher Sonne.



FrISCHE KRÄUTER NASCHEN, DAS IST WÄHREND DER „PERSISCHEN WOCHE“ IN DER OLDENBURGER GÄRTNEREI OTTO AUSDRÜCKLICH ERWÜNSCHT.

Foto: DIRK STEINMETZ

Heimat im Herzen

Von JUTTA COLSCHEN

Dr. Ali Moshiri ist verliebt in Oldenburg. Der erste Verkaufsladen für seine Heil- und Gewürzkräuter und für all die Dinge rund um die persische Kultur, die den Menschen guttun, möchte er unbedingt „in dieser kleinen Stadt einrichten“.

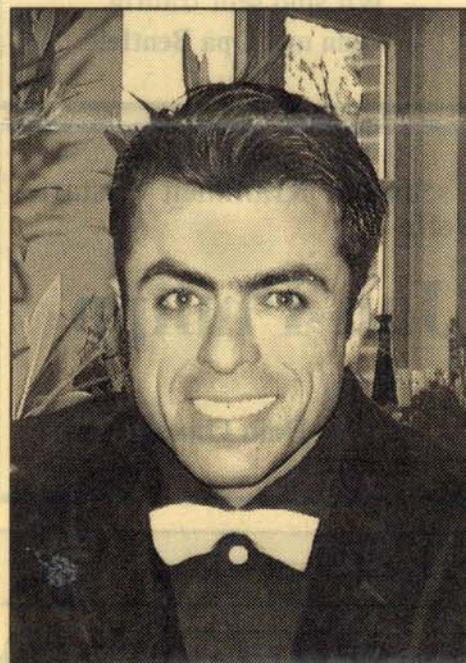
Hier hat für den im Herzen Persiens geborenen Doktor der Pharmakologie, der derzeit zwischen Berlin und Oldenburg pendelt, ein neuer Lebensabschnitt in einem kleinen Gewächshaus einer Oldenburger Gärtnerei begonnen.

Nach noch nicht einmal zwei Jahren nennt man ihn schon im ganzen Lande liebe- und respektvoll den „Kräuter-Doktor“. Mit der Organisation und Ausrichtung einer „Persischen Woche“, die gerade in Oldenburg zuende gegangen ist, aber hat er bewiesen, wie vielseitig er ist.

Mit Fragen der Naturmedizin hat sich der 35jährige immer beschäftigt. Das wurde ihm praktisch in die Wiege gelegt. Und dieses Interesse hielt auch während seiner wissenschaftlichen Arbeit an der Universität Göttingen an, wo er über ein Spezialgebiet der Diabetes beim Menschen und beim Tier arbeitete. Als er Jan-Ulf Otto aus Oldenburg kennenlernte und die Möglichkeit bekam, das Gewächshaus der Gärtnerei Otto für den Anbau seiner Kräuter zu nutzen, griff er zu.

Doch das ist nur die eine Seite eines vielseitigen Mannes. Der Kosmopolit, der 1979 nach Deutschland kam und hier studierte, trägt seine persische Heimat und die reiche Kultur im Herzen. Und ein wenig davon will er weitergeben. Zu dieser Kultur gehört beispielsweise auch das Teppichknüpfen und -weben. Wenn Dr. Moshiri davon spricht, kommt er ins Schwärmen. „Ich bin damit groß geworden und betrachte diese Dinge als Kunst“. In dieser Angelegenheit läßt er keine zwei Meinungen zu. Ansonsten ist Toleranz ein wesentlicher Charakterzug Moshiris.

Wenn Dr. Moshiri nicht gerade bei seinen Kräutern ist, Ausstellungen organisiert oder an seinem Kräuter-Buch schreibt, dann liest er gern, läuft regelmäßig, um fit zu bleiben, kocht und träumt von den Dingen, die noch in Angriff genommen werden müssen.



IN DEN TOPF

GEGUCKT



Dr. Ali Moshiri Oldenburg mag Joghurt-Blattspinat.

500 Gramm Blattspinat waschen und zum Abtropfen in ein Sieb geben, dann klein schneiden. 1 Zwiebel fein hacken. 3 Eßlöffel Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel etwa 7 Minuten lang bei schwacher Hitze dünsten. Nun einen halben Teelöffel Kurkuma und den Spinat dazugeben. 4 bis 5 Minuten lang den Spinat zugedeckt bei starker Hitze ab und zu umrühren. Anschließend abkühlen lassen. 250 Gramm Joghurt und 50 bis 70 Gramm saure Sahne in einer großen Schüssel mischen. 2 Knoblauchzehen in die Masse drücken und umrühren. Jetzt wird der Spinat dazu gegeben und mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt. Etwa 1 Stunde lang kalt stellen. Am besten mit Fladenbrot servieren, das im Ofen erwärmt wurde.