



Erbsen

Die frühesten Spuren einer Kultivierung der Erbse durch den Menschen werden auf 9750 v. Chr. (Burma und Thailand) datiert. Damit ist die Erbse die älteste Nutzpflanze unter den Hülsenfrüchten und gehört zu den ältesten kultivierten Gemüsearten überhaupt. Die Erbswurst, eine in Wurstform gepresste und kochfertige Suppe aus Erbsenmehl, Fett, Speck und Gewürzen könnte als ältestes, industriell vorgefertigtes „Convenience – Produkt“ bezeichnet werden.

Auf allen Erdteilen und in praktisch allen Ländern der Erde werden Erbsen angebaut. Während die älteren Generationen sich noch an die Erbsenernte aus dem eigenen Garten erinnern, kennen viele jüngere das zarte Gemüse nur aus der Dose. Denn 95% des Anbaus erfolgt für die Tiefkühl- und Nasskonservenindustrie. Doch welcher Genuss sind frisch gepalzte Erbsen, leicht in Butter geschwenkt. Da lohnt sich doch auf jeden Fall der Aufwand des Palens. Womit wir bei den Erbsensorten sind. Es gibt eine fast unüberschaubare Zahl an Erbsentypen, –sorten und –bezeichnungen. Für den Frischmarkt von Bedeutung sind Schal-, Mark- und Zuckererbsen. Schal- oder Palerbsen werden geerntet, solange sie in der Hülse noch klein, zart und grün sind. Sie können aber, im Gegensatz zu den Markerbsen, auch in der Hülse ausreifen und werden dann als lange haltbare Trockenerbse gehandelt. Da sie Kohlenhydrate hauptsächlich in Form von Stärke enthalten schmecken sie eher mehlig und nicht so süß wie Mark- oder Zuckererbsen.

Markerbsen sind auch in der Regel zarter als Palerbsen. Sie finden als Trockenerbsen keine Verwendung, da sie beim Kochen nicht weich werden.

Im trockenen Zustand kann man Mark- und Schalerbsen nur mikroskopisch anhand der Form der Stärkekörner unterscheiden – immer wieder ein beliebtes Forschungsthema im Biologieunterricht. Zuckererbsen enthalten – wie der Name schon sagt – den meisten Zucker. Hier kann man sogar die unreifen, aber zarten Hülsen essen, denn dies bilden nicht, wie Pal- und Markerbsen, an der Innenwand der Hülsen die ungenießbare Pergamentschicht aus. Zuckererbsen werden nur frisch und meist roh, blanchiert oder kurz angedünstet verzehrt. Frische Erbsen dürfen nicht zu lange gelagert werden, da sie nachreifen und den Zucker zu Stärke umbauen. Um diesen Nachreifeprozess aufzuhalten, sollten sie nur kurz und möglichst kühl in loser Schüttung gelagert werden.