

Wegwarte (*Cichorium intybus* var. *sativum*)

Allgemeines

Diese Pflanzenart wurde im Mittelalter zur Arzneimittelherstellung (die enthaltenen Bitterstoffe helfen bei Magen-Darmbeschwerden) genutzt. Im 18. und 19. Jahrhundert wurde sie verstärkt angebaut, weil sich aus ihrer Wurzel Kaffeeersatz herstellen lässt. Es entstand eine richtige Industrie zur Verarbeitung der Zichorienwurzeln. Auch heute ist den Kaffeeersatzprodukten häufig Zichorie beigemischt (z. B. zu Gerste und Gerstenmalz). Die Blüten der Pflanze sind nur morgens von 6 bis 11 Uhr geöffnet.



Bildquelle: Wikipedia

Anbau

Die Gewöhnliche Wegwarte ist mehrjährig und etwas frostempfindlich. Sie blüht zum ersten Mal im Folgejahr nach der Aussaat. Im Frühjahr sollte sie nicht vor April ins Freiland 2 cm tief in einem Abstand von 30 cm x 30 cm gesät werden. Es ist auch eine Aussaat im Herbst, mit genügend zeitlichem Abstand zu den ersten Frösten, möglich.

Nutzung

In den Zichorienkaffee Fabriken wurden die gereinigten Wurzeln der Zichorie zunächst zerkleinert, dann auf einer Darre oder in einem Trockenofen getrocknet und bei einer Temperatur von 100 bis 120 °C geröstet. Die abgekühlten Wurzeln hat man abschließend zu feinem Pulver gemahlen.

Herstellung von Zichorienkaffee zuhause:

Die Zichorienwurzel in kleine Stücke schneiden und mehrere Tage an der Luft oder aber bei nicht zu hoher Temperatur im Backofen trocknen. Anschließend in der Pfanne (vorsichtig, nicht zu heiß) anrösten und dann mit einer Kaffeemühle mahlen.