

Die Echte Feige

Geschichte – am Anfang war die Feige

Die Feige gehört zu den ersten Kulturpflanzen der Menschheit. Seit Jahrtausenden ist sie im Mittelmeerraum verbreitet. Feigen wurden in vielen Kulturen verehrt und waren Bestandteil zahlreicher Symbole und Mythen.

Botanik

Essfeigen gehören zur Familie der so genannten echten Feige (*Ficus Carica*) und wachsen als mittelgroßer Strauch oder kleiner Baum, der bis zu 8 m hoch wird. Die Farbpalette der Schale reicht von gelb-grün bis zu dunkelviolet, das körnige Fruchtfleisch ist rosa bis rötlich. Der Feigenbaum ist sommergrün und laubabwerfend. Feigenbäume tragen sehr schnell Früchte. Gute Ernteerträge kann man jedoch erst nach fünf Jahren erwarten, die dann ca. 50 Jahre anhalten können.

Anbau

Feigen stellen geringe Ansprüche an den Boden und gedeihen auch in sehr niederschlagsarmen Gegenden. Der Feigenbaum braucht aber warme Sommer und milde Winter. Deshalb werden sie vor allem im Mittelmeerraum angebaut, wo diese Bedingungen ideal gegeben sind.

Ernte und Trocknung

Ende August werden die reifen, birnenförmigen Früchte des Essfeigenbaums von Hand geerntet. Anschließend werden sie zur Trocknung direkt in den Feigenhainen auf spezielle Trockengitter gelegt. Die Trocknung erfolgt an der Sonne und dauert ca. 2 – 4 Tage.



Die Feigen werden auf sehr unwegsamen Gelände geerntet



Reife Früchte am Baum



Auf Gittern werden die Feigen sorgfältig getrocknet



Qualitätsprüfung und Weiterverarbeitung

Die getrockneten RAPUNZEL Feigen werden nach Ören gebracht. Hier ist der Firmensitz von RAPUNZEL Türkei mit eigenen Verarbeitungsanlagen und Lager. Zunächst werden die Feigen kurz schockgefroren, um mögliche Insekten abzutöten. Anschließend untersucht die Qualitätssicherung vor Ort die Früchte auf Schimmelpilze. Eine weitere arbeitsintensive Untersuchung auf Aflatoxine (Stoffwechselprodukt von Schimmelpilzen) findet unter UV-Licht statt (siehe Kasten rechts). Alle Früchte, die diesen Qualitätsprozess erfolgreich durchlaufen haben, werden nun in einer 3-4 %igen Meersalzlösung gewaschen, damit sie eine saftige, glänzende Oberfläche erhalten.

Verpackung und Lieferung

Die Feigen werden in die verschiedenen Qualitätsstufen sortiert und entweder in der Türkei klassisch gelegt (als Protoben-Feigen oder Lerida Feigen) oder als offene Ware verpackt.

Für den Export legt die türkische Regierung jedes Jahr ein Datum fest. Sobald die Ware in Legau angekommen ist, durchläuft sie in der RAPUNZEL Qualitätssicherung umfangreiche Kontrollen. Erst nach Freigabe der Ware werden die Feigen auf schnellstem Weg abgepackt und an die Biofachgeschäfte ausgeliefert.

Das Besondere an RAPUNZEL Feigen

Getrocknete Feigen sind eng mit der Gründung des RAPUNZEL Türkei Projektes verbunden. 1976 reiste Joseph Wilhelm in die Türkei auf der

Suche nach ungeschwefelten und unbegasteten Trockenfrüchten, insbesondere getrockneten Feigen. Er initiierte den biologischen Anbau von Feigen in Aydin, ca. 150 km südöstlich von Izmir im Zentrum einer fruchtbaren Ebene am Fluss Menderes. Aufgrund des besonderen Klimas wachsen hier an den Berghängen die besten Feigen der Türkei. In dieser abgelegenen Landschaft werden ausschließlich Bio-Feigen angebaut, dadurch kann eine Kontamination mit konventionellen Pflanzenschutzmitteln gänzlich ausgeschlossen werden. Diese Bergfeigen sind süßer und größer als andere Feigen.

Ernährungsphysiologische Bedeutung

Getrocknete Feigen enthalten sehr konzentriert viele wertvolle Inhaltsstoffe. Der hohe Gehalt an Ballaststoffen sowie Frucht- und Traubenzucker macht die Feige zu einem schnellen Energielieferanten und unterstützt eine gute Verdauung. Feigen enthalten viele Mineralien, besonders hervorzuheben sind Kalium, Calcium und Magnesium. Außerdem sind sie reich an B-Vitaminen, insbesondere Vitamin B1. Der Feuchtigkeitsgehalt beträgt in der getrockneten Frucht ca. 25%.

Feigen aus dem RAPUNZEL Türkei-Projekt

Die Feigen werden je nach Qualität, Verarbeitung und Verpackungsart bzw. Legeform unterschiedlich benannt. Im RAPUNZEL Sortiment finden Sie folgende Sorten:

Protoben Feigen	Ganze Früchte, erste Qualität, in Schieferdachmuster gelegt aus biologisch-dynamischem Anbau
Feigen im Körbchen	Ganze Früchte, in runde Körbchen gelegt
Berg-Feigen natural	Ganze Früchte, erste Qualität, lose in der Tüte
Soft-Feigen	Mit Wasserdampf pasteurisierte Naturalfeigen in bester Qualität, schonend verarbeitet



Was bedeutet der weiße Belag auf Trockenfrüchten?

Ein weißer Belag auf Feigen, der besonders im Sommer auftritt, wird irrtümlicherweise häufig mit Schimmel verwechselt. Es handelt sich dabei aber um einen natürlichen Vorgang, das sogenannte „Auszuckern“ der Früchte. Bei der Trocknung von Trockenfrüchten bleibt eine natürliche Restfeuchtigkeit in der Frucht, die sich im Laufe der Zeit verringert. Der mit der Feuchtigkeit nach außen tretende Fruchtzucker trocknet an der Außenfläche und bildet die typische weiße Schicht. Dieses Auszuckern, das besonders bei Feigen und Pflaumen auftritt, ist ein Indiz dafür, dass unsere biologischen Trockenfrüchte naturbelassen und unbehandelt sind. Konventionelle Trockenfrüchte werden häufig mit Schwefeldioxid begast, um sie zu konservieren und diese Auszuckerung zu verhindern.



Untersuchung der Feigen auf Aflatoxine unter UV-Licht

In einem separaten, dunklen Raum wird jede einzelne Feige unter UV-Licht gehalten und auf Aflatoxine (Stoffwechselprodukt von Schimmelpilzen) untersucht. Aflatoxine zeigen sich nur unter UV-Licht, sie leuchten dann fluoreszierend. Diese Arbeit erfordert höchste Konzentration und ist durch die besonderen Lichtverhältnisse sehr anstrengend. Daher werden die Arbeitsintervalle für die einzelnen Mitarbeiter entsprechend kurz gehalten und durch längere Pausen unterbrochen.



Bei der UV-Licht-Untersuchung ist volle Konzentration notwendig



Die von Aflatoxinen betroffenen Stellen leuchten phosphorfarben