

Kakao und Mate-Tee

Natürliche Muntermacher

Kurze Tage und ein bedeckter Himmel drücken auf das Gemüt. Durch die fehlende Sonneneinstrahlung, mangelnde Bewegung an der frischen Luft und trockene Heizungsluft in den Büros schaltet der menschliche Organismus auf Sparflamme und möchte sich gerne in den Winterschlaf begeben. Pflanzliche Inhaltsstoffe in Getränken können als Muntermacher eingesetzt werden.

Kakao:

Der Kakaobaum *Theobroma cacao* aus der Familie der Malvengewächse (Malvaceae) stammt aus Lateinamerika. Er wächst dort im Unterholz der Regenwälder. *Theobroma* verträgt keine Temperaturen unter 16° und ist anfällig für Pilze und andere Schädlinge, ist also anspruchsvoll in der Kultur.

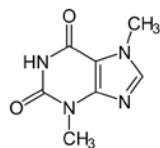
Der in Natur bis zu 14 Meter hohe, immergrüne Baum zeigt Kauliflorie, d.h. Stammblütigkeit. Bei günstigen Bedingungen blüht und fruchtet er das ganze Jahr über. Aus den kleinen, weißen Blüten entstehen nach der Befruchtung durch Mücken bis zu 500 Gramm schwere Früchte, die mit weißen Samen gefüllt sind. Die Samen sind von einem süßen, schleimigen Fruchtfleisch umgeben, der Pulpa.

Bei der Kakaoproduktion durchlaufen die Samen eine mehrstufige Fermentation und Gärung. Die so gewonnenen Kakaobohnen werden gemahlen und weiterverarbeitet. Hauptanbaugebiet ist die Elfenbeinküste (34% der Weltproduktion) gefolgt von Ghana und Indonesien.

Man unterscheidet bei den Edelkakaosorten je nach Herkunft z.B. Criollo, Trinitario und Forastero.

Das neben Coffein enthaltene Theobromin (chem. Formel nebenstehend) wirkt mild anregend und stimmungsaufhellend beim Menschen, kann für Tiere allerdings giftig sein.

Hunden und Katzen fehlt das Enzym zum Abbau dieser Substanz.



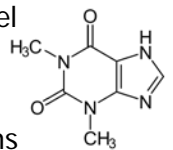
Matete:

Der Mateteestrauch (*Ilex paraguariensis*) gehört zur Familie der Aquifoliaceae, den Stechpalmengewächsen.

Der Strauch stammt aus Südamerika und ist nicht mit dem Teestrauch (*Camellia sinensis*) verwandt, aus dem Schwarzer bzw. Grüner Tee produziert wird!

Der Mateteestrauch wird in Kultur bis zu 6 Meter hoch. Die Kulturen in seinen Anbaugebieten gedeihen am besten bei konstanten Temperaturen zwischen 20° und 23°, bei mäßiger Luftfeuchtigkeit und auf einer Höhe von 400-800 Metern.

Geerntet werden die ovalen Blätter ab dem 4. Standjahr. Neben Coffein und Theobromin kommt auch Theophyllin (chem. Formel nebenstehend) vor. Letzteres findet Anwendung bei Asthma bronchiale, wirkt auch auf die Leistung des Herzens und harntreibend.



Matete wird traditionell aus Kürbisgefäßen (span. „mate“) getrunken. Man gießt die Blätter bis zu 20mal auf und trinkt den Sud durch einen Bombilla, einen Trinkhalm aus Metall mit Siebaufsatz.

Mate dulce (versetzt mit Zucker oder Stevia) wird eher im Landesinneren getrunken, im Gegensatz zum bitteren Mate amargo.

TEXT: B. Schlag-Edler 2013

LITERATUR: YOUNG, A. M. (2007): The chocolate tree - a natural history of cacao. University Press of Florida