

Quinoa aus Bolivien



Vor 20 Jahren wurde im Dritte Welt Laden intensiv über Quinoa diskutiert – können wir ein Grundnahrungsmittel aus den Anden hier bei uns mit gutem Gewissen verkaufen? Wir haben uns damals dagegen entschieden – aus guten Gründen. Inzwischen verkaufen wir schon seit Jahren Reis und Nudeln im Laden – und auch Quinoa.

Seit 1998 gibt es in Deutschland Quinoa von der Kleinbauernorganisation ANAPQUI (Asociación Nacional de Productores de Quinoa) aus Bolivien, bereits seit 1992 in Bio-Qualität. Dabei hat sich die Rolle der Fairhandelsorganisationen geändert: Ging es früher darum, Märkte zu erschließen, so steht heute im Vordergrund, die rund 2.000 Kleinbauern bei ihrem nachhaltigen Anbau zu unterstützen. Keine Selbstverständlichkeit, weil Quinoa inzwischen auch bei uns in Europa stark im Trend liegt und intensiver Anbau die Böden gefährden kann. Der Boom, den das einstige Nischenprodukt Quinoa im Moment erfährt, führt nicht nur bei uns, sondern auch auf dem lokalen Markt in den Anbauländern zu höheren Preisen. Können sich die Menschen dort bald ihr Grundnahrungsmittel nicht mehr leisten? Und: Wie können die traditionell nachhaltigen Produktionsmethoden auf den kargen Böden gewährleistet werden, wenn immer mehr Produzenten am Geschäft mit der Quinoa teilhaben wollen?

Quinoa wird im Andenhochland schon seit vielen Jahrhunderten angebaut. Sie ist äußerst nahrhaft und gesund und gehörte bereits bei den Inka zu den Grundnahrungs-

mitteln. Doch die Quinoa galt lange als „Indiofutter“ und wurde als Arme-Leute-Essen verspottet. Die Erzeuger bekamen Ende der 90er Jahre für ihre Produktion miserable

Eine unterschätzte Alleskönnerin

Mit über 15 Prozent an Rohprotein übertrifft Quinoa bei weitem Weizen, Gerste und Mais. 99 Prozent der in den kleinen Körnern enthaltenen Fettsäuren sind ungesättigt. Quinoa ist frei von Gluten (Klebereiweiß) und damit auch für Zöliakie bzw. Spruekranke geeignet. Quinoa ist ein leicht verdauliches Nahrungsmittel und einfach in der Zubereitung.



Preise, die den Anbau über die Selbstversorgung hinaus kaum lohnend gemacht haben - billiger war Importweizen aus den USA, obwohl Quinoa gesünder wäre.

Die Gepa importierte damals als erste Fairhandelsorganisation Quinoa, um die wirtschaftliche und soziale Situation der Quinoa-Bauern zu verbessern und eine Alternative zum Koka-Anbau zu schaffen. Auch der Erhalt der genetischen Artenvielfalt durch Förderung von ökologischem Anbau und die Imageverbesserung auf dem lokalen Markt durch den Export waren wichtige Ziele der Zusammenarbeit von Gepa und Quinoa-Bauern.

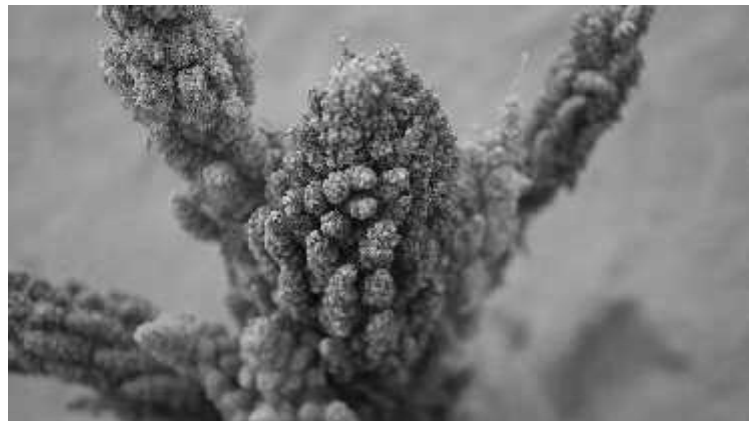
Die aktuelle Situation jetzt nach ca. 15 Jahren hat sich komplett geändert:

In den letzten Jahren erlebte die Quinoa einen ungeahnten Boom. Auch „Reismelde“ genannt, enthält sie viele Proteine und ist damit ein idealer Ausgleich für Vegetarier, die auf tierisches Protein verzichten. Außerdem entwickeln immer mehr Menschen eine Glutenallergie. Mit der Quinoa können sie herkömmliche Nudeln, Frühstücksflocken und Mehl aus Weizen ersetzen.

So ist die Nachfrage nach dem „Korn der Inka“ weltweit steil angestiegen. Zum ersten Mal können die Bauern zum Beispiel in Bolivien auf ihren kargen Wüstenböden etwas produzieren, das wirklich Geld einbringt. Für einen Sack Quinoa bekommen sie heute vier Säcke Mehl, Zucker, Reis oder Nudeln. Kann man es ihnen verdenken, dass sie endlich einmal Geld verdienen und nicht immer nur am

Existenzminimum kratzen wollen? Kann man von ihnen erwarten, dass sie um der Nachhaltigkeit willen auf ein Einkommen verzichten und weiter nur in Mischkultur winzige Parzellen für den Eigenbedarf anpflanzen?

Hier liegt nämlich das Problem: Das Altiplano, die Hochebene Boliviens, ist ein lebensfeindlicher Ort: 4.000 Meter hoch gelegen, trocken, kalt, windig. Die karge Ebene ist für den intensiven Anbau nicht geeignet. Das bisschen fruchtbare Erde im Sand ist das Ergebnis jahrhundertelanger Beweidung mit Lamas. Werden die stacheligen Büsche gerodet und der Boden mit Trakto-



ren aufgebrochen, ist die Erde schutzlos den Elementen ausgesetzt. »Das da ist das große Problem«, sagt Grover Cayo, Repräsentant von ANAPQUI, und zeigt auf eine Windhose, die in einem großen Wirbel Staub davonträgt. »Was da verschwindet, ist das bisschen Humus, das wir hier haben.«

Wenn jetzt durch die große Nachfrage nach Quinoa überall die Büsche gerodet und Quinoafelder angelegt werden, und das jahrhundertelange Gleichgewicht dadurch zerstört wird, ist die Lebensgrundlage der Bauern gefährdet.

„Wenn wir die Quinoa nicht behutsam und nachhaltig anbauen, werden wir bald gar nichts mehr haben.“

Zukunftsfähig mit nachhaltigem Anbau

ANAPQUI, ein Zusammenschluss von acht hauptsächlich indigenen Genossenschaften, arbeitet seit 1983 daran, die Produktion von dem Wunderkorn der Inka - Quinoa, wieder anzukurbeln und damit die Situation der Kleinbauernfamilien zu verbessern. Insgesamt vertritt ANAPQUI die Interessen von mehr als 1.500 Familien in 90 Gemeinden, hauptsächlich in den Gegenden um Oruro und Potosí. ANAPQUI arbeitet in folgenden Bereichen: technische Unterstützung durch Beratung der Produzenten, um dauerhafte Verbesserung des Produktes zu erreichen, Vermittlung der Kenntnisse von Buchhaltung und Verwaltung und natürlich in der Vermarktung von Quinoa - ANAPQUI ist heute der erste und größte Quinoa-Exporteur Boliviens.

In der aktuellen Boom-Phase versucht ANAPQUI einen Mittelweg zu finden, der beidem gerecht wird: dem Gedanken der Nachhaltigkeit und dem Bedürfnis der Bauern nach einem brauchbaren Auskommen. Dabei hat sich auch die Rolle der Fairhandelsorganisationen geändert. Ging es früher darum, Märkte zu erschließen, so steht heute der nachhaltige Anbau im Vordergrund. Zum nachhaltigen



Anbau gehört vor allem der Schutz der Erde. Damit die Krume nicht so leicht vom Wind davongetragen wird, sollen die Felder nach und nach mit Mauern aus Steinen umgeben werden. Eine mühsame und zeitraubende Arbeit. Vor allem aber muss die Qualität des Bodens erhalten werden. Damit sich die Erde erholen kann, werden immer abwechselnd ein Jahr lang Quinoa gepflanzt und dann wieder Lamas über das Feld getrieben. Und es wird gedüngt.

(Infos: www.gepa.de)

GRUNDREZEPT:

Zuerst die Quinoakörner mit klarem Wasser waschen. Auf eine Tasse Quinoa kommen – wie bei Reis – zwei Tassen Wasser. Das Ganze kann mit etwas Gemüsebrühwürfel versetzt werden und wird zugedeckt auf kleiner Flamme geköchelt. Nach etwa einer Viertelstunde ist das Wasser aufgesogen und die Quinoakörnchen sind weich gekocht. Für eine Person wird ca. mit 50 g Quinoa gerechnet.