Manuskript des Referats: Steiermark und Kürbiskernöl

Einen schönen Nachmittag! Da nicht alle von euch uns kennen, erlaubt uns, uns kurz vorzustellen. Wir sind Ilaria, Emily und Giulia und wir freuen uns, euch heute hier zu begrüßen.

In unserem Referat geht es um die Steiermark, aber bevor wir mit unserem Thema beginnen, möchten wir euch etwas zeigen, (Foto):  also versucht mal zu erraten, was das ist.

Ja genau! Richtig! Das ist Kürbiskernöl, ein aromatisches grünes Öl aus der Steiermark.

Wir haben unser Referat in drei Teile gegliedert. Zunächst werden wir über die Region Steiermark sprechen, dann werden wir uns mit dem Schwerpunkt Kürbiskernöl befassen und ihr werdet entdecken, wie es herstellt, verarbeitet und verwendet wird. Zum Schluss möchten wir euch eine kleine Kuriosität erzählen.

Steiermark ist eines der neun Bundesländer Osterreichs und liegt im Südosten der Republik, an der Grenze zu Slowenien. Die angrenzenden österreichischen Bundesländer sind Kärnten und Salzburg im Westen, Oberösterreich und Niederösterreich im Norden und das Burgenland im Osten. Die Landeshauptstadt ist Graz, die 2003 zur Kulturhauptstadt Europas ausgerufen wurde und deren Altstadt 1999 zum UNESCO-Kulturerbe ernannt wurde. Andere Hauptorte sind [Leoben](https://de.wikipedia.org/wiki/Leoben), [Kapfenberg](https://de.wikipedia.org/wiki/Kapfenberg), [Bruck an der Mur](https://de.wikipedia.org/wiki/Bruck_an_der_Mur) und [Eisenerz.](https://de.wikipedia.org/wiki/Feldbach_(Steiermark))

Mit seiner Fläche von circa 16.400 km2 ist die Steiermark das zweitgrößte Bundesland Österreichs, nach Niederösterreich und lässt sich mit der italienischen Region Latium vergleichen.

Die Bevölkerungszahl beträgt heute etwa 1.246.395 Einwohner und mit 76 Einwohnern pro km2steht die Steiermark (hinter Wien, Niederösterreich und Oberösterreich) an vierter Stelle der am dichtesten besiedelten Bundesländer. Nach den einheimischen Einwohnern (den sogenannten Steirern) bilden die Slowenen – angesichts ihrer geographischen Lage - die zweitgrößte Bevölkerungsgruppe und laut Staatsvertrag sind sie als autochthone Minderheit anerkannt.

Hinsichtlich ihrer im österreichischen politischen System spielenden Rolle wird die Steiermark als Swing-State (Wechselstaat im Deutschen) bezeichnet. Aber, was versteht man unter diesem Begriff? Der Begriff „Swing-State“ bezeichnet die Bundesstaaten, in denen es keine deutliche politische Mehrheit gibt und eben daher sind sie von entscheidender Bedeutung bei bundesweiten Wahlen (den sogenannten Nationalratswahlen).

Die Wirtschaft der Steiermark stützt sich vorwiegend auf den sekundären und tertiären Sektor. Pro Jahr werden Milliarden Euro in Forschung und Entwicklung investiert und interessant ist es zu wissen, dass die Steiermark an der Spitze der Liste der wichtigsten Forschungsländer europaweit zu finden ist.  In diesem Zusammenhang ist die Kooperation zwischen Unternehmen und Universitäten von großer Bedeutung. Ihre gute wirtschaftliche Aktivität lässt sich auch erkennen, wenn das Bruttoinlandsprodukt in Betracht gezogen wird. Laut Statistiken aus dem Jahr 2019 zählt die Steiermark zu den österreichischen Bundesländern mit dem höchsten BIP pro Kopf (49.604 Euro).

Die wichtigsten Industrien sind im Bereich Maschinenbau, Metallurgie, Fahrzeugbau und Elektronik zu finden.

Eine wichtige Rolle in der Wirtschaft spielt auch der Tourismus, denn die Steiermark bietet ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten und Landschaften. Die Steiermark wird oft als „das Grüne Herz Osterreichs“ genannt, da mehr als die Hälfte ihrer Bodenfläche von Wäldern geprägt ist, während der Rest aus Wiesen, Weiden sowie Obst- und Weingärten und Kürbisfeldern besteht.

Damit kommen wir zu unserem Schwerpunkt, dem Kürbiskernöl:

Das Kürbiskernöl liegt an erster Stelle der steirischen kulinarischen Spezialitäten und die Herstellung und Verarbeitung des Kürbiskernes spielen eine wesentliche Rolle bei der Kostbarkeit und der Qualität des Öls. Tatsächlich lautet ein witziger steirischer Ausspruch so: “der beste Kern ist nur so gut wie der Umgang mit ihm’’. Man braucht nämlich sehr viel Erfahrung und Fingerspitzengefühl, um den reifen Kürbissamen zu verarbeiten. Der komplette Vorgang der Herstellung besteht aus 5 Teilen: mahlen und kneten, rösten, pressen, ruhen, abfüllen und kühlen. Jetzt sehen wir uns aber den kompletten Vorgang nochmals genau Schritt für Schritt an:

- Mahlen und Kneten:  Bevor die Kürbiskerne unter Zugabe von Wasser und Salz in einer Knetmaschine gerührt werden, werden sie mit Mühlsteinen zerkleinert; sie bleiben dann in der Knetmaschine, bis sich die wasserlöslichen von den fettlöslichen Substanzen trennen. Das Salz fördert diesen Prozess, ohne den Geschmack des Öls zu beeinflussen.

-   Rösten: Dieser Vorgang ist sehr kritisch, weil man darauf aufpassen soll, dass man den richtigen Zeitpunkt nicht übersieht; Das dazugebende Wasser verhindert ein zu schnelles Erhitzen. Beim Röstvorgang lösen sich die Eiweißstrukturen auf, das Öl tritt aus und das in der Knetmasse vorhandene Wasser verdampft. Hier spielt das Fingerspitzengefühl des Rösters die größte und entscheidende Rolle, denn er entscheidet, wann die Röstung beendet ist.

-   Pressung: Die Röstung wird schonend und langsam mit wohl dosiertem Druck in einer traditionellen Stempelpresse verpresst. So bleiben die wertvollen, natürlichen Inhaltsstoffe (Fettsäuren, Fettbegleitstoffe, Vitamine, Duft, Geschmack, Farbe) der erlesenen Rohstoffe erhalten. Als Nebenprodukt entsteht der Ölkuchen. Die getrockneten und lagerfähigen steirischen Kürbiskerne werden in der Stammölmühle immer frisch gepresst. Das traditionelle Herstellverfahren mit schonendem Rösten garantiert ein unverwechselbares Qualitätsprodukt.

-   Ruhen: vorletzter wichtiger Punkt ist das Ruhen oder Absetzen.  Vor der Abfüllung wird das Kürbiskernöl für ca. eine Woche in Edelstahltanks gelagert, damit sich die Schwebstoffe am Boden des Tanks absetzen und anschließend entfernt werden können. Durch diese natürliche Sedimentation ist ein Filtervorgang überflüssig.

- Abfüllen und Kühlen: Nach einer weiteren und letzten Qualitätsüberprüfung kann die Abfüllung in lichtschützende Flaschen anfangen , und das findet ohne Raffination und ohne Zusatz von Konservierungsstoffen statt. Bei kühler (10-18 Grad Celsius), dunkler Lagerung steht dem Genuss nichts mehr im Wege.

Gebrauch des Kürbiskernöls

Aber jetzt ist die Frage: Was macht man, wenn das Öl in Flaschen abgefüllt ist? Dieses Öl ist für seinen wertvollen Gebrauch bekannt. Kürbiskernöl kann darum auf verschiedene Weise verwendet werden und es spielt eine sehr wichtige Rolle insbesondere in zwei Bereichen: in der Medizin und in der Küche.

Zunächst werden wir über den Gebrauch des Kürbiskernöls in Bezug auf die Medizin sprechen. Die Kürbiskerne sind reich an gesunden Spurenelementen und Mineralien, wie Kalzium, Magnesium, Zink und vieles andere mehr, sowie (reich an) fundamentalen Vitaminen, das heißt Vitamin A, B, C, D und E. Auf diesen Grundlagen aufbauend gilt für uns das Kürbiskernöl als eines der gesündesten Pflanzenöle. Eine besondere Wirkung des Kürbiskernöls ist die Stärkung des Immunsystems. Darüber hinaus sollte es Prostataprobleme lindern, blutdrucksenkend wirken und bei Gelenkproblemen helfen sowie bei der Behandlung von Blasenschwächen.

Noch eine kleine historische Kuriosität: im 18. Jahrhundert hat dieses Kernöl seinen Status als Medikament erhalten. Die Kaiserin Maria Theresia von Österreich erließ nämlich eine Verfügung, in der sie den Gebrauch des Kürbiskernöls verbot, da das Kürbiskernöl viel zu wertvoll sei, um in Speisen verwendet zu werden. Außerdem verbot sie Kindern das Naschen von Kürbiskernen. Ihrer Ansicht nach sollte das Kernöl nur von den Apothekern für die Herstellung von Salben und Pflaster oder für die Verabreichung an Kranke verwendet werden. In der heutigen Zeit werden die Zusammensetzung und die Wirkung des Kürbiskernöls von mehreren Forschern ergründet. Außerdem ist das Kernöl besonders reich an antioxidativ wirksamen Stoffen, wie Wissenschaftler der Universität Graz herausgefunden haben. Dank dieser Antioxidantien gilt das Kürbiskernöl als hervorragend geeignet für die Körperpflege und es sollte den Körper überdies vor vielen Erkrankungen, unter anderem vor Krebs schützen.

Zum Schluss kommen wir zu den Verwendungen des Kürbiskernöls in der Küche. Kürbiskernöl hat einen einzigartigen, intensiv nussigen Geschmack und mit seinem Aroma ist es wirklich geeignet für verschiedene Suppen oder Soßen. Vor allem ist es ein fixer Bestandteil in der Kürbissuppe oder Kürbiskernölsuppe, im Salat sowie in Süßspeisen. Das Kürbiskernöl ist vielfältig einsetzbar: man kann es in der kalten Küche für Salat mit Kürbiskernöl oder Kürbistopfen-Aufstrich benutzen, aber es passt auch zu warmen Varianten wie zum Beispiel in der steirischen Kernöl-Eierspeis.  Geschichtlich betrachtet waren es die armen Leute, die Erfinder dieser Kürbisgerichte, denn sie verwendeten das Kürbiskernöl in der Küche am häufigsten. Übrigens ist das Öl lichtempfindlich, deshalb sollte man es kühl und dunkel lagern, sonst wird es schnell bitter. In einer original verschlossenen Glasflasche ist das Kürbiskernöl etwa 12 Monate haltbar aber, sobald man sie öffnet, sollte man es innerhalb von drei Monaten aufbrauchen.

Kürbiskernöl Championat

Ich möchte mein Referat mit der Bemerkung beenden, dass es ein Kürbiskernöl Championat gibt, an dem normalerweise steirische Hofübernehmer und Hofübernehmerinnen teilnehmen. Auf dem Bild könnt ihr die Sieger des laufenden Jahres sehen. Trotz Covid-Krise wurde der traditionelle Wettbewerb organisiert. Die Frau mit der goldenen Auszeichnung ist eine junge Bäuerin (ihr Name ist Claudia Pein) und der Mann daneben ist ihr Vater. Tatsächlich findet das steirische Championat jedes Jahr im Oktober im Grazer Schlossberg-Restaurant statt. Um die Qualität des Öls zu bewerten, werden präzise Kriterien geprüft: Farbe, Viskosität, Geruch und Geschmack. Damit beenden wir unser Referat und hoffen, dass, ihr es interessant gefunden habt. Sind noch Fragen unbeantwortet geblieben? Danke, dass ihr zugehört habt und danke für eure Aufmerksamkeit. Hier sind unsere Quellen.

QUELLEN

<https://news.tumorzentrum-muenchen.de/2018/09/kuerbiskernoel-das-gruene-gold-der-steiermark/>

<https://www.steirische-spezialitaeten.at/kulinarik/steirisches-kuerbiskernoel-gga.html>

<https://utopia.de/ratgeber/kuerbiskernoel-anwendung-wirkung-und-herstellung/>

<https://www.kuerbiskernoel.cc/presseschau/kuerbiskernoel-das-gruene-gold-aus-der-steiermark>

<https://www.livingathome.de/land-und-berge/gastlichkeit/16603-rtkl-kuerbiskernoel-das-gruene-gold-der-steiermark>

<https://www.steirische-spezialitaeten.at/einkaufen/steirisches-kuerbiskernoel-championat.html>

<https://www.viaggio-in-austria.it/stiria.html>

<https://www.istockphoto.com/de/foto/steiermark-bundesland-%C3%B6sterreich-3d-render-topographische-karte-grenze-gm694058574-128222363>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Steiermark>

<https://www.dwds.de/wb/Wechselstaat>

<https://www.wirtschaft.steiermark.at/>

<https://de.statista.com/themen/3586/bruttoinlandsprodukt-bip-von-oesterreich/>

<https://www.statistik.at/web_de/statistiken/wirtschaft/volkswirtschaftliche_gesamtrechnungen/index.html>