

## Andenbeere, Kapstachelbeere, Inkapflaume

*Physalis peruviana* (syn. *P. edulis*), *Physalis peruviana* X *P. pruinosa*  
Nachtschattengewächse, Solanaceae

Die Andenbeere stammt aus dem südamerikanischen Gebirgsland, den Anden. Im 19. Jahrhundert wurde sie im Süden Afrikas am Kap der guten Hoffnung eingeführt, woher auch der Name Kapstachelbeere herrühren dürfte. Sie ist eine Verwandte unserer Lampionblume, aber auch von Tomate und Paprika. Im Gegensatz zur Lampionblume (*Physalis alkekengi*) ist die Andenbeere bei uns nicht winterhart. Nach leichtem Frost kann die Pflanze jedoch wieder aus der Basis austreiben.



Unter Freilandbedingungen ist die Pflanze bei uns einjährig und wird etwa 1 - 2 m hoch. Im geheizten Gewächshaus kann sie mehrjährig wachsen und bei entsprechender Aufleitung bis zu 2,50 m hoch werden. Die Pflanze hat ei- bis herzförmige, ganzrandige Blätter. Die Blüten sind hellgelb gefärbt mit schwarzem Schlund. Aus den Kelchblättern entwickelt sich eine papierballonartige Hülle, in der sich je eine gelb- bis orangefarbene, kirsch- bis mirabellengroße Frucht befindet.

### **Ansprüche, Pflanzung, Pflege**

Die Andenbeere kann ab Mitte Mai an einem geschützten Platz ins Freie gepflanzt werden oder man baut sie im Gewächshaus an. Pro m<sup>2</sup> können ein bis zwei Pflanzen stehen. Ein normaler bis humoser Gartenboden mit einem pH-Wert zwischen 5,5 und 7,0 ist der Andenbeere gerade recht. Der Nährstoffbedarf ist geringer als bei der Tomate. Wurde der Boden im Frühjahr mit Kompost versorgt, wird mit der Pflanzung noch 50 g Hornmehl pro m<sup>2</sup> gegeben. Bei Bedarf wird später flüssig nachgedüngt. Die Andenbeere wächst zunächst eintriebzig und verzweigt sich in einer Höhe von 30 bis 40 cm.

Von diesem Zeitpunkt an kann die Pflanze 3 bis 4-triebzig gezogen werden. Die Triebe werden an Schnüren aufgeleitet.

Die Andenbeere kann auch wie eine Kübelpflanze behandelt werden. Dazu wird sie in 10 bis 12 Liter-Kübeln kultiviert, vor dem Frost eingeräumt, um ein Drittel zurück-geschnitten und frostfrei bei 5 bis 10 °C überwintert.

Im Sommer ist ein sonniger, windgeschützter Platz im Freien oder im gut gelüfteten Gewächshaus optimal. Die Früchte sind erntereif, sobald die Hülle sich verfärbt hat und strohig trocken ist.

Von der Pflanzung bis zur Ernte vergehen 3 bis 4 Monate. Unreif geerntete Früchte sind ungenießbar und reifen kaum nach.

### **Verwendung**

Die wohlschmeckenden Früchte sind reich an Vitaminen, besonders Vitamin C und Provitamin A. Auch die hohen Gehalte an Eisen, Phosphor, Protein, Fett und Rohfaser machen die Andenbeere ernährungsphysiologisch besonders wertvoll.

Die Früchte eignen sich für den Frischverzehr, lassen sich aber auch gut zu Kompott oder Marmelade verarbeiten. Mit Joghurt zusammen ergeben sie (püriert) eine köstliche, gesunde Nachspeise.

### **Bezugsquellen (Beispiel)**

Firma Ferme de Sainte Marthe, B.P. 10, F-41700 Cour Cheverny  
in Deutschland zu beziehen über: Frau Ulla Grall, Bäreneck 4/Efeuhaus,  
55288 Armsheim, Tel. 06734/960013, Fax: 06734/960014, [www.biosaatgut.de](http://www.biosaatgut.de)

Katrin Kell, Dipl. Ing. (FH)