

## Moringa - Ein Wunderbaum für Afrika



Der Moringa-Baum ist wegen seiner außergewöhnlichen Eigenschaften bekannt. Weil er mit wenig Wasser auskommt, wäre er auch für Afrika, das am meisten vom Klimawandel betroffen ist, sehr nützlich.

### HERKUNFT

Der Moringa-Baum, im Deutschen auch Meerrettichbaum genannt, stammt aus dem Gebiet am Fuße des Himalaya Gebirges und wird schon in 5000 Jahre alten Schriften erwähnt. Er ist in Asien und im Nahen Osten weit verbreitet und kam auch von dort nach Ostafrika. Von den Arten ist besonders die Spezies *Moringa Oleifera* interessant.

Die tiefreichenden Wurzeln machen auch ein Überleben in trockenen Gebieten mit einer jährlichen Niederschlagsmenge ab 500 mm pro Quadratmeter noch möglich und könnte so im Kampf gegen die Ausbreitung der Wüste eine Rolle spielen. Der Baum kann schon im ersten Jahr bis zu sechs Meter hochwachsen, bereits nach drei Monaten blühen und im ersten Lebensjahr schon Früchte tragen, sogar in Trockenzeiten. Da die Krone Sonnenstrahlen durchlässt, eignet der Baum sich auch für Mischkulturen. Wenn er gefällt wird, wachsen neue Äste wieder aus dem alten Stamm.

### VIELFACHE NUTZUNG

Fast alle Teile dieses außergewöhnlichen Baumes sind nützlich.

- Die **Wurzeln** enthalten Senföolverbindungen und schmecken wie Meerrettich. Sie werden als Gewürz und als Heilmittel verwendet. Wenn die leicht giftige Außerhaut abgeschält ist, sind die Wurzeln als Gemüse essbar.

- Die **Blüten**, die der Baum acht Monate lang trägt, eignen sich als Tee, aber auch zur Herstellung von Parfum und Heilmitteln und lassen sich zu Honig verarbeiten.

- Die **Blätter** kann man roh oder als Salat essen oder zu einem Spinat kochen. „Sie weisen die höchste bekannte Vitalstoffdichte aller Lebensmittel auf. Schonend getrocknetes Blattpulver wird mittlerweile als konzentriertes Superlebensmittel vermarktet, da es alle Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren, Pflanzeneiweiß, Chlorophyll sowie Pflanzenbegleitstoffe in einer für den Menschen optimalen Kombination bereitstellt.“

- Die bis 45 cm langen und 2-3 cm dicken **Schoten** enthalten nussartige Samen. Junge, noch unreife Schoten werden als Gemüse, wie junge Bohnen, verzehrt. Ausgewachsene Schoten werden zu Suppen verarbeitet, oder geschält als eine Art Spargel zubereitet.

- Die 25 **Samen** werden als **Heilmittel** gegen zahlreiche Krankheiten angewendet: Sie wirken entzündungshemmend, schmerzlindernd und wundheilend und stärken das Immunsystem. Traditionell hilft Moringa Samen bei Diabetes und ist effektiv gegen Parasitenbefall. Da es reich an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen ist, wird er bei Unterernährung eingesetzt.

- Neuere Forschungen haben gezeigt, dass pulverisierte Moringa Früchte auch zur **Reinigung von schmutzigem Wasser** benutzt werden können. „Dieses Pulver bewirkt im Wasser dann, dass Schmutz und Schwebstoffe ausflocken und zu Boden sinken. Keime, die an die Schwebstoffe gebunden sind, sinken ebenfalls zu Boden und das nahezu keimfreie Wasser kann dann abgossen und verwendet werden. Mit nur 10 Milligramm Samenpulver kann man so ca. einen Liter Wasser klären.“

- Moringa kann auch für die Produktion von **Bio-Ethanol** verwendet werden und ist wirtschaftlicher als Ethanol aus Mais oder Zuckerrüben. Aus den Bäumen pro Hektar lassen sich 20.000 Liter Treibstoff produzieren. Die Überreste können als Dünger oder Viehfutter verwendet werden. Bio-Diesel aus Moringa hat einen hohen Brennwert, vergleichbar mit Benzin.

- Auch in der **Nutztierhaltung** bringt das Beimischen von Moringa ins Futter beachtliche Erfolge. Kühe geben mehr Milch und wachsen schneller.

- Da Moringa Stickstoff aus der Luft in den Wurzeln lagert, dient es in der **Landwirtschaft** als Düngemittel, verbessert die Böden nachhaltig und verhindert Erosion.

- Auf andere Pflanzen gesprüht, wirkt ein Moringa Extrakt als **Insektizid**, macht sie widerstandsfähiger gegen Insektenbefall und Krankheiten und führt zu höheren Erträgen. Wissenschaftliche Forschungsergebnisse zeigten, dass die mit Moringa behandelten Pflanzen gesünder waren, schneller wuchsen und höhere pro-Hektar Erträge brachten.

Zahlreiche Organisationen fördern die Verbreitung dieses nützlichen Baums in verschiedenen Regionen in Afrika. Eine einfache und wirksame Form von Entwicklungshilfe!

**„Der Moringa-Baum kann aufgrund seiner faszinierenden Eigenschaften als Universal-Superfood gelten. Der Moringa Baum ist in vielen Teilen der ‚Richtige Baum am richtigen Ort‘. Das gilt vor allem für ihre unerhört praktische, unmittelbare Wirkung, welche die Lebensqualität der Menschen vor Ort erheblich verbessern kann.“**

Natur-Kompendium.com

Quellen: <https://bioesca.de> <https://www.phytodoc.de/>

<https://www.scienceinschool.org/article/2011/moringa/>