

Eine Kulturpflanze SEIT 2000 JAHREN

Die einen sind bitter, die anderen süß. Mandeln sind so vielseitig wie ihre Verarbeitung. Fakt ist: Die Mandel stammt aus der Familie der Rosengewächse, lat. Rosaceae. Der Mandelbaum wird bis zu sechs Meter hoch und trägt je nach Region von Ende Januar bis Ende Februar weiße bis hellrosa Blüten. Geerntet werden Mandeln zwischen August und Oktober. Hauptanbaugebiete sind Californien/USA, Australien und der Mittelmeerraum vorwiegend Spanien und Italien. Unterschieden wird zwischen bitteren und süßen Mandeln. Die Süßmandel ist durch Veredelung, also Pfropfung der Bittermandel gezüchtet worden. Die meisten Sorten der spanischen Süßmandelbäume tragen auch geringe Mengen an Bittermandeln (etwa 2%). Bittermandeln allein sind nicht genießbar. Sie werden aber mit 3 bis 5% bei der Herstellung von Marzipan eingesetzt, damit es einen kräftigeren Geschmack erhält.

In Californien werden zu 100 % süße Mandeln geerntet, die keinen Bittermandelanteil enthalten. Die amerikanische Jahresernte beträgt je nach Witterung bis zu 700.000 Tonnen. Die wichtigsten Sorten sind „Nonpareil“, „Carmel“, „Monterey“, „Butte“, „Padre“ und „Sonora“. Californische Mandelkerne werden nach Sortenbezeichnung und größensortiert gehandelt. Sie werden als „roh“ oder „braun“ sowie als „geschält“, oder „blanchiert“ angeboten. Mandeln aus den Mittelmeerländern sind aromatischer als Mandeln aus Californien. Der Grund liegt in der Art der Kultivierung. Mittelmeermandeln wachsen eher in ursprünglichen und naturbelassenen Kulturen. Auch sorgen die klimatischen und geographischen Bedingungen im Mittelmeerraum für ein intensiveres Aroma. In Spanien beträgt die Jahresernte bis zu 70.000 Tonnen Mandeln. Die wichtigsten Sorten sind „Valencia“ und „Marcona“.

Mandelkerne sind sehr fetthaltig und nährstoffreich. Der Mandelölanteil beträgt ca. 50 bis 57%. Mandeln sind aufgrund ihres Fettsäurespektrums gesundheitsfördernd. Dieses besteht zu 80% aus Ölsäure, 15% Linolsäure und 5% Palmitinsäure. Dazu kommen 19% Eiweiß, 16% Kohlenhydrate sowie viele Mineralstoffe, vor allem Kalium und die Vitamine B1 und B2. Der Wassergehalt liegt bei 4 bis 7%.