

--&gt;

# TAGBLATT

St.Galler Tagblatt Online, 23. August 2013 02:33:32

## Die Lizenz für die Supertomate



Die wertvolle Frucht: Gemüsebauer Ralph Bötsch zeigt aufgeschnittene Licorosso-Tomaten. (Bild: Donato Caspari)

**In den Gewächshäusern von Ralph Bötsch reift eine Tomate, die es in sich hat. Er ist der einzige in der Schweiz, der die Lizenz zum Anbau der Sorte Licorosso hat. Der Herisauer Arzt Jürg Eichhorn weiss, dass die Frucht auch gegen Krebs hilft.**

STEFAN BORKERT

SALMSACH. Nach diesem Vortrag ist der Spar in Kreuzlingen gestürmt worden. Was war geschehen? Der Herisauer Facharzt für Allgemeine und Innere Medizin hatte in Konstanz an einem Kongress des Vereins Biolago über Lebensmittel von morgen ein Referat über die Licorosso-Tomate gehalten. Aus gesundheitlicher Sicht ist das eine wahre Supertomate. Inzwischen sind die Spar-Regale wieder gefüllt. Die Geschäftsleitung habe inzwischen angeordnet, dass diese Tomaten, die unter dem Namen Lynato verkauft werden, in allen Spar-Läden zum Sortiment gehören sollen, erklärt Gemüsebauer Ralph Bötsch. Bei Bötsch in Hungerbühl/Salmsach laufen die Fäden zusammen, wenn es um die Licorosso geht. Er ist der einzige Gemüsebauer, der die Lizenz für deren Anbau in der Schweiz hat.

### Absatz harzt

Auf 3000 Quadratmetern wachsen bei Ralph Bötsch die Licorosso-Tomaten. Die Ernte beträgt derzeit rund 120 Tonnen. Bei einer Gesamternte von 50 000 Tonnen fällt das kaum ins Gewicht. Immer wieder probiere er neue Sorten Gemüse und Früchte aus, sagt Ralph Bötsch. So kam auch die Licorosso-Tomate zu ihm. Vor sechs Jahren hat er von dem holländischen

Pflanzenzuchtunternehmen De Ruiter Seeds die Lizenz für die Schweiz erworben. Doch der Absatz harzt, vor allem seit vor zwei Jahren die Grossverteiler die Licorosso-Tomate aus dem Sortiment nahmen. Die Haut sei etwas empfindlich gegen Wasser, so Bötsch. Und im Kühlschrank dürfe man die Tomate nicht lagern, sie verliere sonst rasch an Geschmack und vor allem das wertvolle Lycopin. Ausserdem erziele er mit einer Rispentomate rund 30 Prozent mehr Ertrag, was natürlich Auswirkungen auf den Verkaufspreis habe. Doch bei dieser Frucht würden die inneren Werte zählen.

### **Ursprung in Mexiko**

Die Pflanze stamme von einer mexikanischen Wildtomate ab, die von Natur aus einen sehr hohen Lycopingehalt aufweise. Je nach klimatischen Verhältnissen habe eine Licorosso-Tomate einen 3- bis 16mal höheren Lycopingehalt als eine herkömmliche Tomate. Und der Herisauer Arzt Jürg Eichhorn ergänzt, dass hohe Lycopinwerte im Blut das Risiko eines Herzinfarktes, eines Schlaganfalls und auch das Krebsrisiko deutlich reduzieren könnten. «Die Licorosso-Tomate ist vermutlich die Lycopin-reichste Tomate der Welt.» Lycopin komme auch in anderen Lebensmitteln, etwa der Wassermelone, Chili, der roten Grapefruit, Hagebutten oder der Guave vor. «Lycopin ist ein hitze- beständiges Carotinoid.» Das bedeute, dass es durch Erhitzen nicht zerstört werde.

Lycopin in Tomaten sei infolge starker Zellwände in den Zellen fest verankert. Durch die mechanische Zerkleinerung und das Erhitzen werden die Zellwände zerstört und setzen das Lycopin frei. Ketchup ohne Zucker; Tomatenpüree oder auch Sugo seien ideal für die Vorratshaltung. Lycopin zähle zu den Antioxidantien und gelte als Radikalfänger, fährt Eichhorn fort. Das bedeute, es könne bestimmte reaktionsfreudige Moleküle, genannt «Freie Radikale», im menschlichen Körper unschädlich machen. «Ein Glas Tomatensaft verbessert die Immunwerte im Blut enorm.»

### **Lycopin beugt vor und heilt**

Es gebe inzwischen Hinweise darauf, dass das Lycopin aus der Tomate vor der gefürchteten Augenkrankheit Makuladegeneration schützen könne. Weiter senke es das Osteoporoserisiko, wirke gegen Krebsarten wie Prostatakrebs oder auch Brust- und Gebärmutterhalskrebs. So habe eine Langzeitstudie über einen Zeitraum von zehn Jahren mit Frauen ergeben, dass hohe Lycopin-Blutwerte das Brustkrebsrisiko um bis zu 50 Prozent gesenkt hätten.

Aber Eichhorn rät auch zur Vorsicht: «Wer zu Nierensteinen neigt, sollte aufgrund des Oxalsäure-Gehaltes bei Tomaten eher vorsichtig sein.»

**Diesen Artikel finden Sie auf St.Galler Tagblatt Online unter:**

<http://www.tagblatt.ch/aktuell/wirtschaft/tb-wo/Die-Lizenz-fuer-die-Supertomate;art123834,3510069>

Copyright © St.Galler Tagblatt AG

Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von St.Galler Tagblatt Online ist nicht gestattet.

—