

Chinesische Pflanzen, die die Welt verändern

Ein Dokumentarfilm zur Expo 2019 Beijing



Zur Eröffnung der Weltgartenausstellung am 29. April 2019 in Beijing wird ein großformatiger Dokumentarfilm, „Chinesische Pflanzen, die die Welt verändern“ gezeigt. Es handelt sich dabei um eine 10-teilige Serie mit jeweils 50 Minuten Länge. Der Film zeigt von allen Seiten die wichtigsten chinesischen Pflanzen, an welchen natürlichen Standorten sie gedeihen, wie sie als Kulturpflanzen in alle Welt wandern und wie sie menschliches Leben in dieser Welt verändert haben, und es heute noch tun.

Über 200 Drehbuchautoren und Regisseure sind an der Produktion beteiligt. Mehrere Drehteams haben mit Hightech-Ausrüstungen in acht Ländern insgesamt 1200 Stunden Videomaterial gesammelt. Die Dreharbeiten fanden teilweise in menschenleeren und gefährlichen Wüsten, Gletschern, im Regenwald und unter Wasser statt.

Es wurde etwa bei der weltweit bekannten Chelsea Flower Show in London nicht nur nach Spuren der Auswanderung chinesischer Pflanzen gesucht, sondern auch versucht, die Beziehung zwischen dem Gründer der Chelsea Flower Show und den Pflanzenjägern, die als erste Europäer nach China kamen, zu erkunden. Die Dokumentarserie klärt auf, wie die Kiwi (*Actinida chinensis* Planch) von China nach Neuseeland auswanderte und heute ihren Erfolg in Übersee erlebt. In Japan und Indien konzentriert man sich auf Tee und wie sich diese zauberhafte Pflanze in die heimische Kultur integriert und das Leben dort verändert. Was die USA betrifft, interessiert sich der Film natürlich für Sojabohnen. Es wurde nach historischen Zeugen gesucht, die den Nährwert der chinesischen Sojabohne aufgeklärt und bekannt gemacht haben.

HerbaSinica war ebenfalls an den Drehar-

Dreharbeit mit Dr. Wenjun Zhong unter einem Sonnendach für Ginsenganbau in Tonghua der Provinz Jilin

weiter auf S. 5 ►



Links: Traditionelle Methode zum „Herausheben“ der Ginsengwurzel aus dem Boden - eine schweißtreibende Arbeit, die viel Geduld erfordert.
Rechts: Die Ginsengpflanze am natürlichen Standort



Ginseng trägt Früchte im August/September. Diese werden nach dem Reifen rot.

beiten dieses Dokumentarfilms beteiligt. Der Geschäftsführer Dr. Wenjun Zhong wurde aufgrund seiner international anerkannten Leistung im Bereich Pflanzenanbau für chinesische Heilkräuter dazu bestimmt, die Rolle als Ginseng-Experte in der Ginseng-Serie zu spielen. Hierfür fand er sich zur einwöchigen Dreharbeit in den Gewächshäusern von Yuan Shen (Ginseng als Kulturpflanze) und in den Wäldern im Changbai-Gebirge Nordost-Chinas ein, wo die Ginseng Pflanze halbwild (*Lin Xia Shen*) bis ganz wild wächst (*Ye Shan Shen*). In der Ginseng-Serie dieses Dokumentarfilms wird die zeremonielle Szene als Kulturerbgut gezeigt. Man kann sehen, wie sich einheimische Ginseng-Sammler im Changbai-Gebirge für den harten, wochenlangen Job im wilden Wald vorbereiten. Eine Gruppe, immer in ungerader Zahl, kommuniziert miteinander im Wald

ohne Mobilfunk, mit einfachen, primitiven Methoden. Sie gehen respektvoll und nachhaltig mit diesem Naturschatz um. Für die zeremonielle „Heraushebung“ der wertvollen Wurzel aus dem Humusboden ist höchste Konzentration und Geduld gefragt, denn die Wurzel soll möglichst intakt mit den feinsten Teilen erhalten werden. Versierte Sammler können das Alter der Ginseng-Pflanze anhand der Anzahl der Blätter grob einschätzen. Sie lassen junge Pflanzen stehen. Je älter die Pflanze ist, ein desto höherer Preis kann erzielt werden.

Den Trailer zur Doku-Serie „The Journey of Chinese Plants“ können Sie sich ansehen unter:

<https://youtu.be/QKaFrIDLf6s>



Lin Xia Shen - halb wilde Ginsengpflanze unter schattigen Baumkronen. Nach 15 Jahren nach dem aussähen weden sie offiziell als *Ye Shan Shen* (wilder Ginseng) bezeichnet.



„Yao“ ist die chinesische Bezeichnung für Arzneien und „Shi“ für Lebensmittel. Wir stellen in dieser Serie Kräuter vor, die sowohl Lebensmittel als auch Arzneidrogen sind: *Jubabae fructus*, *Coicis semen*, *Lycii fructus*, *Dioscoreae radix*, *Longan arillus*, *Crataegi fructus*, *Nelumbinis semen*, *Astragali radix*, *Corni fructus*, *Chrysanthemi flos*

In der 55. Ausgabe wurde *Coicis semen*, Hiobstränensamen, beschrieben. In dieser Ausgabe widmen wir uns *Lycii fructus*, den Bocksdornfrüchten.

Lycii fructus, Bocksdornfrüchte



Nährwerttabelle je 100 g

| | |
|---------------|-----------|
| Brennwert | 349 kcal |
| Kohlenhydrate | 77,06 g |
| Protein | 14,26 g |
| Fett | 0,39 g |
| Ballaststoffe | 13,0 g |
| Zucker | 45,61 g |
| Mineralien | |
| Ca | 190,00 mg |
| Fe | 6,80 mg |
| Na | 298,00 mg |
| Vitamine | |
| A | 26822 IU |
| C | 48,4 mg |
| Asche | 0,78 g |
| Wasser | 7,50 g |

<https://www.nutritionvalue.org>

Die Pflanze *Lycium barbarum* L. trägt die sogenannten Goji-Beeren

Der offizielle Name der Bocksdornfrüchte auf Chinesisch ist 枸杞子 Gou Qi Zi. In den letzten Jahren sind sie als „Goji-Beere“ weltweit bekannt geworden. Sie sind die getrockneten, reifen Früchte der Pflanze *Lycium barbarum* L. aus der Familie der *Solanaceae*. Diese Pflanze ist ein wertvolles Geschenk der Natur. Schon seit alters her ist sie in China sehr beliebt. Alle Teile der Pflanze sind Schätze. Ihre Früchte sind begehrtes Lebensmittel, Arzneimittel und Kosmetika-Rohstoff zugleich. Auch ihre Wurzelrinde, *Lycii cortex*, auf Chinesisch Di Gu Pi, wird in der TCM bei Fieberschüben, Schweiß im Schlaf und Nasenbluten verwendet. Gleichzeitig ist sie eine schöne Gartenpflanze.

Diese Pflanze wächst vor allem in der inneren Mongolei, dem nördlichen Teil der Provinzen Gansu, Qinghai und Ningxia sowie dem östlichen Xinjiang, wo ein trockenes und kaltes Klima herrscht. Auf dem aktuellen Markt preisen einige Anbieter ihre Goji-Beere unter dem Etiketten-Schwindel „aus Tibet“ an. Tibet kann aber schon wegen biogeografischer Verhältnisse nie ein natürliches Vorkommensgebiet für die Goji-Beere sein.

Nimmt man diese Früchte als Nahrungsmittel regelmäßig ein, bleibt man vital gestärkt und lebensfrisch. Deswegen wird die Goji-Beere in China auch „Que Lao“ (dem Alter trotzend) genannt.

In der Traditionellen Chinesischen Medi-

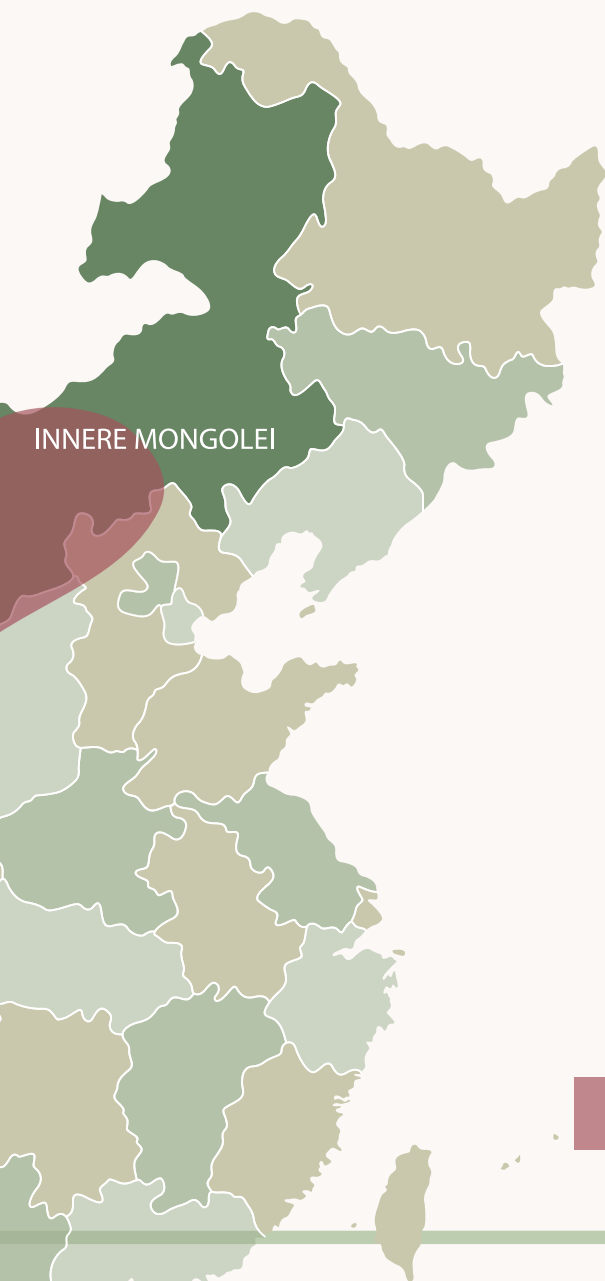


zin sind folgende Wirkungen der Goji-Beere zugeordnet: den Funktionskreisen „Leber“ und „Nieren“ Energie zuführend, das Struktivpotential stärkend und das Sichtvermögen verbessernd. Gou Qi Zi wird in der TCM verwendet bei Erschöpfung des Struktivpotentials, Schwäche und Schmerzen in den Lenden und Kniegelenken, Flimmern vor den Augen, Drehschwindel und Tinnitus sowie gelblich fahler Gesichtsfarbe, verschwommenem Gesichtsfeld und Sehschwäche.

Vor allem in letzter Zeit wurde die Goji-Beere von einigen Anbietern als Superfood und Allheilmittel propagiert. Sicherlich sind solche Aussagen und Versprechen anfechtbar. Jedoch verteuflern manche Experten diesen Anspruch komplett. Mit rein chemisch-analytischem Denken werden die Wirkungen und der Nutzen dieser Früchte anhand von Gehaltsbestimmung beurteilt. Es ist fraglich, ob man den Ernährungs- und therapeutischen Wert eines Naturmittels, d. h. eines Komplexes mit unzähligen, teilweise bisher unbekannt, Komponenten allein durch analytische Daten einzeln isoliert und statisch betrachten soll. Die Wirkung ist immer eine Folge des harmonischen Zusammenspiels

aller Inhaltstoffe, darunter auch Spurenelemente und noch unerforschte Stoffe. Es ist genauso anfechtbar, wenn man nur analytische Daten von Goji-Beeren mit Grünkohl oder Paprika vergleicht und daraus den Schluss ziehen will, was wertvoller oder minderwertiger ist, wie man vor kurzem in der HR-Fernsehsendung „Frag Valet – Was ist super an Superfood“ vom 22. August 2018 mit dem Experten Armin Valet und der Ernährungsmedizinerin Frau Professor Yurdagül Zopf hören konnte. Die westliche





„entweder-oder“ Denkweise steht der orientalischen „sowohl-als-auch“ Denkweise gegenüber. Wir sollten immer bedenken, dass „alles fließt“. In einer chinesischen Fabel fällt das Schwert eines Ritters bei einer Floßfahrt ins Wasser. Um die Verluststelle zu markieren, kerbt dieser die Stelle am Floß ein. Am Zielhafen versucht er das verlorene Schwert anhand der Markierung zu finden. Natürlich vergebens. Diese chinesische Fabel – 刻舟求剑 (das Floß kerben, um das Schwert zu finden) warnt uns davor, einen Problemkomplex allein mit einfachen und statischen Ansätzen zu lösen. Goji-Beeren können auf unterschiedlicher Weise verwendet werden. Beliebt sind sie als Tee mit heißem Wasser aufgegossen, als Zutat für Hühnerbrühe, mit Müsli in Joghurt oder einfach als Knabberei pur.



Natürliches Vorkommensgebiet von Goji

HerbaSinica ist Ihr richtiger Ansprechpartner!

Das macht uns besonders:

- » Erfahrung seit 1996 mit TCM-Kräutern in Apotheken-Qualität
- » Treue, zufriedene Kunden bestätigen unsere Zuverlässigkeit
- » Strenge Qualitätsprüfung auf Belastungen in **externen** europäischen Labors
- » **Unabhängige** Auswertung der Labordaten und Chargen-Freigabe durch **externe und neutrale** Sachverständige gemäß § 65 AMG
- » Seit 2007 sind wir der einzige europäische Anbieter mit eigenen Plantagen in China
- » Zwei Tochterunternehmen mit einem starken und professionellen Team in China garantieren erstklassige und hochqualitative Ware
- » Wir sprechen Fachchinesisch! Direkter Zugang zu wissenschaftlicher Originalliteratur
- » Fachkompetenz rund um die TCM und den Pflanzenanbau für fachgerechten Kunden-Service

**Vertrauen Sie uns. Auch Sie können von unserer Kompetenz profitieren.
Wir freuen uns auf eine Zusammenarbeit mit Ihnen!**

Mitteilungen

Sortimentserweiterung

Ab sofort werden wir schrittweise unser Sortiment bis um zusätzliche 100 Sorten erweitern, um mögliche Einschränkung bei der Mischung von TCM-Rezepten abzubauen. Bei der Sortimentserweiterung werden auch Paozhi-Varianten berücksichtigt.

Zertifikate mit Gehaltsbestimmung

Bisher wurden auf manche Gehaltsbestimmung gemäß Arzneibuch verzichtet, da Labore in Europa wegen schlechter Verfügbarkeit chemischer Referenzsubstanzen diese Analyse ablehnen. Ab sofort werden wir staatlich akkreditierte und zuverlässige Fachlabore in China beauftragen, diese Gehaltsbestimmung durchzuführen. Damit werden unsere Zertifikate noch aussagefähiger.

IMPRESSUM

Redaktion:
Dr. rer. nat. Wenjun Zhong

HerbaSinica Hilsdorf GmbH
Penzendorfer Str. 12
D 91126 Rednitzhembach

fon: +49 (0) 9122 88 88 80
fax: +49 (0) 9122 88 88 81
info@herbasinica.de
www.herbasinica.de

Der Inhalt dieser Publikation dient ausschließlich der Information unserer Kunden. Alle Daten wurden nach bestem Gewissen erstellt, sind jedoch ohne Gewähr.