



Von Wurzeln

FOTOS NORIKO HAYASHI
TEXT TOBIAS ASMUTH



und Menschen

Zeit der Ernte: Die Ginsengwurzel wächst sechs Jahre, bevor sie ans Tageslicht befördert wird (links); das Café Sagoon Sagoon in Seoul (oben), Vorreiter des Trends, serviert sogar Ginseng-Eis

Tee und Suppen, Kekse, Bonbons und auch Wein – alles aus Ginseng. Die Heilpflanze aus den Bergen ist der Stolz der Koreaner und weltweit begehrt



Ginsengbäuerin Jung-Yoon Heo mit einer frisch ausgegrabenen Wurzel (links); die Sortierung der Knollen ist traditionell Handarbeit (oben)

Der Morgen ist kühl in den Bergen der südkoreanischen Provinz Gangwon-do im Nordosten des Landes, nur langsam erwärmt die Sonne die klare Luft, die kräftig nach Erde duftet. „Der schönste Geruch überhaupt“, sagt Jung-Yoon Heo und seufzt. Die Bäuerin steht am Rand eines Ginsengfeldes, sie schaut mit müden Augen auf einen Traktor, der lärmend seine Bahnen zieht. Die Maschine schleppt einen Pflug, der die Erde aufbricht, ihre kostbare Frucht ausgräbt, sie auf ein Band befördert und schließlich sanft auf dem Feld ablegt. Dort greifen flinke Hände nach den Knollen, schneiden behutsam die grünen Spitzen ab und sammeln sie in Säcken.

Die Augen von Heo, die in den letzten Nächten vor Aufregung kaum geschlafen hat, und die Vorsicht der Erntehelferinnen

verraten viel über den Ginseng. Die Wurzel erfordert ein Höchstmaß an Aufmerksamkeit: Sie ist wählerisch, was die Güte des Bodens betrifft, sie braucht reichlich Nährstoffe und regelmäßig Wasser – aber nicht zu viel. Sie reagiert sensibel auf Unkraut und Schädlinge. Sie ist sehr lichtempfindlich, weshalb die Felder beschattet werden müssen. Ist der Ginseng eine Diva? Jung-Yoon Heo schüttelt den Kopf. „Der Ginseng ist für mich wie ein Kind. Ich habe zwei Söhne, daher weiß ich, dass man mit Kindern nachsichtig sein soll.“

Ginseng braucht sechs Jahre bis zur Ernte, sein Anbau ist ein wirtschaftliches Wagnis. Die meisten Bauern schließen daher Abnahmeverträge mit Cheong Kwan Jang, dem Marktführer im südkoreanischen Ginseng-Geschäft. Zunächst entnehmen Mitarbeiter des Unternehmens Bodenproben auf den Feldern. Sind diese für den Anbau geeignet, werden sie ein Jahr lang mit Kalk und Phosphat gedüngt, bevor die Setzlinge in die Erde kommen. Die Bauern verpflichten sich, nur ökologisch unbedenkliche Pflanzenschutzmittel zu verwenden und ihre Pflanzen regelmäßig auf Schwermetalle oder Pestizide untersuchen zu lassen. Dafür erhalten sie

No. 1

G I N S E N G - S A G E N
A U S K O R E A

Ein Holzfäller aus Yongin-gun lebte arm, aber glücklich in den Bergen. Eines Tages fand er bei der Arbeit eine seltsame Wurzel, die er mit Appetit aß. Er wurde sofort sehr müde und schlief drei Tage lang. Danach fühlte er sich jünger und voller Energie. Als er dies einem weisen Doktor erzählte, erfuhr er, dass er wilden Ginseng gegessen hatte.

MEINE LAVIVA IST ... alles, was Frauen interessiert. Von Modetrends bis Küchentricks, von Frisurenideen bis Liebesglück.

Entdecken Sie jetzt Ihre LAVIVA bei REWE, PENNY, kaufpark, toom Baumarkt sowie an Bahnhofs- und Flughafenkiosken.
Plus: Coupons im Wert von über 60 Euro

Jeden
Monat neu.
Für einen
Euro!



laviva.com
facebook.com/laviva

jährliche Zuschüsse und eine Ausfallversicherung. Im Gegenzug bekommt Cheong Kwan Jang – wenn alles gut geht – hochwertige Ginsengwurzeln.

Jung-Yoon Heo und ihr Mann Woon-Young Kim bauen auf elf Feldern Ginseng an. Als im Frühjahr des vergangenen Jahres ein Sturm durch ihr Tal fegte, begann eine harte Zeit für das Paar. Einen Monat lang richteten sie umgeknickte Pflanzen wieder auf, hätschelten sie, kämpften mit ihrer ganzen Energie um den Ginseng. Nicht einen Moment lang dachten sie ans Aufgeben. „Wenn dein Kind sich ein Bein bricht, dann denkst du ja auch, dass es bald wieder laufen kann“, sagt Kim.

Unter den Planen eines Zeltes sitzen alte Frauen in kleinen Gruppen vor großen und winzigen, geraden und verwachsenen Ginsengknollen. Unter Plaudern und Lachen sortieren sie die Wurzeln nach Größe, Gewicht und Wuchs in gelbe Plastikboxen. Wenn die Boxen geschlossen und verplombt werden, ist die Arbeit von Heo und Kim getan.

Ginseng gehört seit mehr als einem Jahrtausend zur Kultur der Koreaner. Er ist der Stolz des Landes, wie in Japan der grüne Tee und in China das Porzellan. Eines der berühmtesten traditionellen Gerichte Koreas ist Samgyetang, Hühnersup-

pe mit Ginseng. Sie wird in der warmen Jahreszeit serviert und soll dem Körper Energie und Vitamine zurückgeben, die ihm von der Sommerhitze entzogen wurden. Im Koreanischen wird der Ginseng – wie viele historische Begriffe der Sprache – mit chinesischen Schriftzeichen geschrieben und als *insam* bezeichnet. Die Übersetzung lautet „Menschenwurzel“, weil viele Ginsengwurzeln aussehen, als hätten sie Kopf und Körper, Arme und Beine.

In zahlreichen koreanischen Märchen und Mythen spielt der Ginseng eine zentrale Rolle. Auch Meister Shennong, der mythische Vater der Chinesischen Medizin, soll schon um die Kraft der Pflanze gewusst haben. Kein Wunder, dass die Händler der Seidenstraße neben feinen Stoffen, Keramik und Gewürzen auch Ginseng im Angebot hatten. Er wurde gegen Silber aus Japan und Seide aus China getauscht.

Den Ginseng von Heo und Kim bringt ein Fahrer in eine Fabrik in Buyeo, ein weiteres Zentrum des Ginsenganbaus in Südkorea. Begleitet wird er von einem Security-Mann, der die gelben Boxen keine Sekunde aus den Augen lässt – eine Sicherheitsmaßnahme, die Cheong Kwan Jang angeordnet hat, weil immer mal wieder Teile der wertvollen Fracht beim Transport verschwanden.

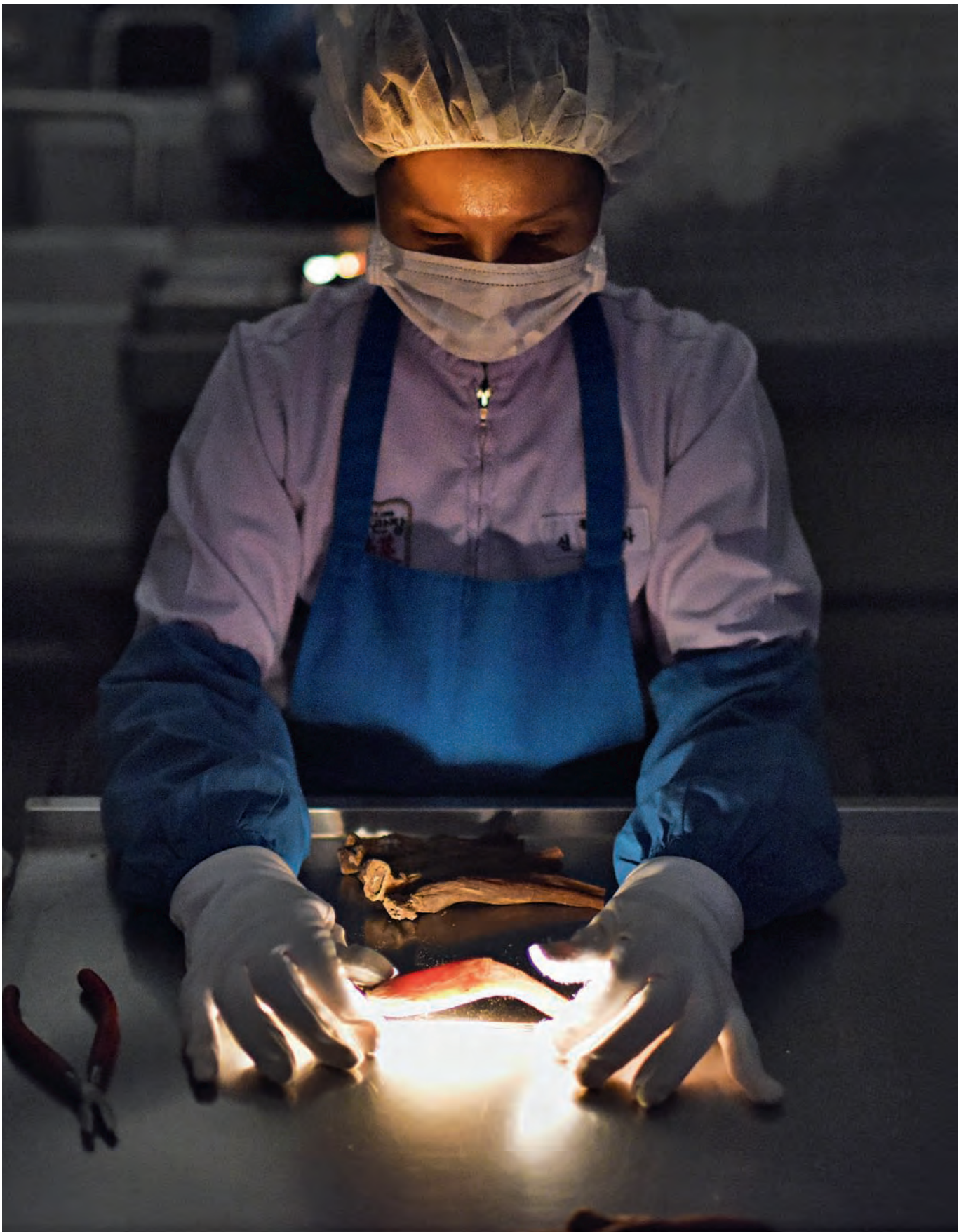
No. 2

G I N S E N G - S A G E N
A U S K O R E A

In den Bergen von Hamgyeong-do lebte einst ein altes Paar. Es betete täglich dafür, ein Kind zu bekommen. Eines Abends kam ein Mönch und bat die Eheleute um einen Schlafplatz. Am nächsten Morgen schenkte er ihnen zum Dank einen großen Ginseng. Als sie die Wurzel aufschnitten, fanden sie in ihrem Inneren ein Kind.

Strenge Auslese:
Der Qualitätscheck vor der Weiterverarbeitung entscheidet über den Preis, den die Ginsengbauern verlangen können





Jede Faser unter Kontrolle: Um Verwachsungen aufzuspüren, werden die Wurzeln durchleuchtet



Goldener Schnitt:
Die sogenannten
Meisterinnen –
Expertinnen mit teils
jahrzehntelanger
Erfahrung – verarbeiten
die Wurzeln mit
geübter Hand

No. 3

G I N S E N G - S A G E N
 A U S K O R E A

In einem Dorf in Gyeongju betete ein junger Mann jeden Tag für seine kranken Eltern. Eines Tages erschien ein großer weißer Tiger und brachte dem Mann eine Ginseng-Wurzel, weil er sich so liebevoll um seine Eltern sorgte. Als er den Alten den Ginseng zu essen gab, wurden sie rasch gesund.

In Buyeo werden die Siegel gebrochen, die Wurzeln ausgepackt, gewaschen und auf ein Förderband geschickt. Links und rechts davon stehen Prüfer, sie sortieren die Knollen mit schnellem Griff nach verschiedenen Qualitätsstufen. Das ist der Moment der Wahrheit für die Bauern, denn das Aussehen der Knollen spielt eine entscheidende Rolle für den Preis: Wurzeln der höchsten Güteklasse, „Heaven“ genannt, werden zum Kilopreis von rund 8500 Euro gehandelt und kosten damit so viel wie die teuersten Trüffel. Wohlhabende Kunden bestellen solche makellos gewachsenen Ginsengwurzeln Jahre im Voraus, südkoreanische Politiker überreichen Heaven-Exemplare auf Auslandsreisen gern als Gastgeschenk.

In der Halle in Buyeo duftet es nicht nach Erde, es riecht nach Geschäften. Vor allem die Chinesen sind seit eh und je versessen auf die Wurzeln. Längst werden sie jedoch in über 60 weitere Länder verkauft, vor allem nach Japan, in die USA und nach Kanada. Besonders gefragt ist er als

Extrakt oder Tee. Ginseng aus Südkorea hat sich zum Exportschlager entwickelt, vergleichbar mit Autos oder Elektronikgeräten. Im vergangenen Jahrzehnt wuchs das Exportvolumen jährlich um zehn Prozent. Ginseng hilft gegen Stress und Müdigkeit – und fügt sich so perfekt ein in den Lifestyle jener Metropolen, die von sich behaupten, nie zu schlafen.

Nach der Auslese kommt der Ginseng in ein warmes Dampfbad, anschließend lagern die blassen Knollen zwei Wochen lang in einer Trockenhalle, wo sie eine rötliche Farbe annehmen. Dann gelangen sie in die Hände der Jang-Ins, der Meisterinnen. Eine von ihnen ist Jeon-Jung Suk, die seit über 30 Jahren für Cheong Kwan Jang arbeitet. Sie trägt Haube und Mundschutz und muss einige Hygieneschleusen passieren, um an ihren Arbeitsplatz zu gelangen. Dort sortiert und taxiert sie die Wurzeln ein letztes Mal, bringt sie mit routinierten Schnitten in Form (verwendet werden nur „Torso“ und „Beine“, denn sie speichern das Gros der wertvollen Inhalts-

stoffe) und durchleuchtet sie schließlich sogar, um mögliche Verwachsungen aufzuspüren und herauszuschneiden. Meisterinnen wie Suk sagen, sie würden dem Ginseng in die Seele blicken, um seine verborgenen Schwächen aufzuspüren.

Nach dieser sorgfältigen Bearbeitung werden die Wurzeln einzeln in handgeschöpftes Papier eingeschlagen und gestempelt, in ein elegantes Holzkästchen gebettet, das ebenfalls einen Stempel bekommt, und in einen verzierten roten Kanister verpackt, der versiegelt und wiederum gestempelt wird. Mit dieser aufwendigen Prozedur soll verhindert werden, dass Fälschungen der handverlesenen Ginsengknollen in Umlauf geraten.

Mittlerweile wandelt sich der spröde Ruf des Ginsengs als Heilpflanze, nun

**» Der Ginseng hilft
 deinem Körper, sich
 selbst zu helfen«**

Sang-Min Lee, Pharmakologe

MNC
BANKING
PARTNER

IN FOREIGN WATERS YOU WILL NEED A LOCAL PARTNER

Akbank is Turkey's most valuable banking brand and offers you a network of ~850 branches nationwide, exemplary cash management expertise, advanced IT infrastructure, and high transparency. Above all, it is our local banking know-how that will make us your most valuable business partner in Turkey.

Turkey's Most Valuable Banking Brand - Brand Finance

Best Bank of Central and Eastern Europe - Euromoney

Bank of the Year in Turkey - The Banker

Best Bank in Turkey - Euromoney

Best Bank in Turkey - EMEA Finance

Best Foreign Exchange Provider in Turkey - Global Finance

Best Consumer Banking-Private Banks - Kalder Customer Satisfaction Index of Turkey



AKBANK



Hotspots in Seoul: das Café Sapoön Sapoön (oben) und das Spa-G, das auf Ginseng-Behandlungen spezialisiert ist (rechts); Pharmakologe Sang-Min Lee (ganz rechts) erforscht die Wirkstoffe der Wurzel



findet er seinen Weg in die junge Szene von Seoul. Die Supermärkte verkaufen Ginseng-Extrakte in Tüten und Ginseng-Drinks in Dosen, Cafés bieten Ginseng-Tee to go an. K-Pop-Sternchen schwören auf Ginseng-Eistee, die Stars der populären TV-Soaps schwärmen von Kurzkuren in Ginseng-Spas. Ginseng soll nicht nur wach machen, sondern auch die Gedächtnisleistung verbessern und – natürlich – Potenz und Libido stärken.

Doch was ist wirklich dran an der Wunderwirkung, die dem Ginseng nachgesagt wird? Um das herauszufinden, treffen wir den Pharmakologen Sang-Min Lee im Café Sapoön Sapoön, einem der beliebtesten Orte für einen Ginseng-Frapuccino. Der Name des Cafés spielt mit dem Wort Saponine: Es bezeichnet die Gruppe der wichtigsten Ginseng-Inhaltsstoffe, ist aber auch der koreanische Ausdruck für schnelles, beschwingtes Gehen. Lee beschäftigt sich seit Langem mit der Heilkraft des Ginsengs. „Die Kombination der Inhaltsstoffe ist tatsächlich einmalig“, bestätigt der Wissenschaftler, „Saponine stärken die Immunabwehr des Menschen, sie schützen die Zellen vor freien Radika-

len und helfen ihnen, sich zu regenerieren.“ Außerdem, so referiert er, enthalte die Pflanze gesunde Öle, Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente. Mehr noch: „Studien belegen sogar eine positive Wirkung bei der Bekämpfung von Krebs.“

Inzwischen reift auch in der westlichen Welt die Erkenntnis, dass die Knolle etwas Besseres verdient als eine verdreckte Existenz im Drogerie-Regal. Der Berliner Sternekoch Tim Raue experimentiert mit Ginseng (den er allerdings aus der Lüneburger Heide bezieht), in Mailand wird *caffè al ginseng* serviert, ein veganer Milchkaffee mit Ginseng-Extrakt. In immer mehr Food- und Fitness-Blogs wird der Ginseng nun Superfoods wie Quinoa und Weizengras zur Seite gestellt und wegen seiner Adaptogene gefeiert – jener pflanzlichen Wirkstoffe, die den Körper dabei unterstützen sollen, sich stressigen Situationen anzupassen.

Der Ginseng-Experte Lee betrachtet das Ganze etwas bodenständiger. Für ihn, sagt er, sei die seit tausend Jahren bewährte Knolle wie ein guter Freund: „Der Ginseng hilft deinem Körper dabei, sich selbst zu helfen.“

IM NAMEN DER KNOLLE

SAPOON SAPOON
Ginseng-Kuchen, -Eistee oder -Frappuccino?
Das Café Sapoön Sapoön in Seoul ist dafür der perfekte Ort.
[instagram.com/cafesapoonsapoön](https://www.instagram.com/cafesapoonsapoön)

SPA-G
Alle Öle und Emulsionen der Anwendungen beruhen auf Ginseng-Produkten.
spag.co.kr

SMART. AMBITIOUS. COMPETITIVE.

HUNGARY OFFERS YOU:



Highly qualified labour force with a strong academic background



Practice-based dual education system built on industry needs



The lowest corporate income tax of the EU with a 9% flat rate



New incentive schemes supporting R&D activities and technology-intensive investments



Macroeconomic stability with a constant GDP growth