

Combucha, der Teepilz

von A. Meixner

Manch Älterem unter uns ist noch gut in Erinnerung, wie in seiner Kindheit, vor allem im damaligen Ostpreußen oder in den Ländern des Baltikums und gewissen Teilen Sachsens, die Großmutter in einer warmen Ecke einen auf gesüßtem Tee schwimmenden Pilz von quallenähnlichem Aussehen hütete, um mit seiner Hilfe ein wohlschmeckendes Erfrischungsgetränk zu bereiten. Der junge Teepilz war ein ganz dünnes, farbloses, gallertiges, fast glasklares und darum zunächst kaum wahrnehmbares Häutchen auf der Teeoberfläche, das allmählich zu einer zähen, bräunlich-hellgrauen Haut heranwuchs, um schließlich die gesamte Flüssigkeitsoberfläche bis zum Gefäßrand zu bedecken und die Form des Aufbewahrungsgefäßes anzunehmen. Nachdem dem peripheren Wachstum durch die Gefäßwände ein Ende gesetzt wurde, wuchs diese Teepilz-Schicht in der Dicke weiter, indem sich Lamelle um Lamelle neu bildete und auf die älteren Teile legte. Die Außenflächen des Teepilzes blieben zwar auch nach Erreichen von einigen Zentimetern Schichtdicke schleimig-schlüpfrig, aber schon ab einer Dicke von einigen Millimetern war der Pilz derart lederig-zäh, daß man ihn kaum noch zerreißen oder mit dem Messer zerschneiden konnte; wollte man ihn zerteilen, mußte man sich einer Schere bedienen. Der dicker werdende, lederartig-zähe Teepilz, dessen Lamellenstruktur allmählich kaum noch zu erkennen war, weil die Lamellen fest miteinander zusammenwuchsen und daher auch nicht mehr separierbar waren, wurde natürlich schwerer. So sanken seine Ränder in die Teeflüssigkeit ein, so daß das ganze Gebilde allmählich nicht mehr schicht-, sondern glockenartig aussah: Der zentrale Teil wurde durch an seiner Unterseite befindliche Gasbläschen am Schwimmen gehalten, die Ränder tauchten glockenartig in die Flüssigkeit hinein. Schließlich bildeten sich an der Unterseite bräunliche, weitgehend aus abgestorbenen Zellen bestehende Zotten, die immer mehr und länger wurden und tief in die Flüssigkeit herabhingen. So erreichte der Teepilz endgültig das quallenartige Aussehen, in dem er den meisten, die sich noch an ihn erinnern, im Gedächtnis geblieben ist. Diese glitschigen Medusenformen waren es, die die Combucha, wie man den Teepilz meist nannte, den Kindern nicht gerade sympathisch machte, so daß sie ihre Pflege gern der Großmutter überließen. Um so lieber tranken sie den Teekwaß, in den der Pilz den Tee innerhalb von einigen Tagen durch seinen Stoffwechselumsatz verwandelt hatte: ein besonders im Sommer herrlich erfrischendes, fruchtig-aromatisches und leicht säuerliches, schwach mousseierendes Getränk mit nur ganz geringem Alkoholgehalt, das im Geschmack an Moselwein und gelegentlich auch an Apfelmost erinnert.

Es nimmt nicht Wunder, wenn in einer Zeit, in der keine industriell hergestellten und abgefüllten Limonaden zur Verfügung standen, die ganze Familie immer wieder begierig darauf wartete, daß neuer Combucha-Teekwaß als durstlöschendes, wohlschmeckendes und bekömmliches Erfrischungsgetränk und aromatisch-säuerliches Genußmittel, dem ähnlich wie im Kefir der geringe Alkoholgehalt eine ganz besondere Pikanterie verlieh, fertig wurde. Auch heute lassen Menschen, die erstmals einen guten Teekwaß zu trinken bekommen, dafür gern ihren eigenen Most erster Sorte oder Hauswein im Keller und die Kronenkorken und Schraubverschlüsse der im Supermarkt oder Getränke-Shop erstandenen Limonaden und Erfrischungsgetränke geschlossen.

Das Wissen um die Combucha, den Teepilz und den Teekwaß verschwand inzwischen ganz ähnlich wie das um den Kefirpilz durch die Ereignisse der Zeitläufte weitgehend. Die vorhandenen Teepilze gingen im Gefolge politischer Ereignisse verloren oder sie wurden mangels genügender Pflege von schädlichen Mikroorganismen befallen, krank,

verseucht und verstarben, so daß auch bei eventuellem Interesse niemand mehr einen Zuchtpilz finden konnte. Und die Notwendigkeit, die Lust und das Interesse, sich Erfrischungsgetränke selbst zu bereiten, schwanden immer mehr, seit die Industrie uns synthetische und später auch natürliche Brausen immer leichter zugänglich machte. Selbst die ihn in der Kindheit in Händen hielten, wissen heute oft nicht viel mehr über den Teepilz zu sagen, als daß es sich um ein schlüpfriges, quallenartiges Gebilde handelte, mit dessen Hilfe man ein herrliches Erfrischungsgetränk herstellen konnte, aber nichts über die Art des Organismus, seine Beschaffenheit, seine Züchtung, die Bereitung des Getränkes, dessen Inhaltsstoffe usw.

Das so entstandene Desinteresse am Teepilz, das schließlich sogar einem Nichtwissen Platz machte, hat sich in neuerer Zeit im Zuge der Bewegung zurück zu naturnahen Lebens- und Genußmitteln allmählich wieder in Interesse umgewandelt. Nachdem verschiedene Heilwirkungen des Teepilzes entdeckt wurden, ist es stärker gewachsen, und als man in neuester Zeit sogar lernte, die Heilkräfte der echten Combucha in der Krebstherapie auszunutzen, nicht nur Präcancerosen damit zu behandeln, sondern sogar verschiedene Typen von Carcinomen selbst in desolaten Fällen zur Abheilung zu bringen, ist das Interesse an der Combucha und ihrer Züchtung in weiten Bevölkerungskreisen explosionsartig erwacht. Die Erfüllung des Wunsches zur Selbstzüchtung scheitert aber fast immer an nichtbeschaffbarem Wissen um das Wie, Woraus, Worin, Womit und Wann.

Diesem Mangel wenigstens im Kreise von Pilzfrenden abzuhelpen, ist Sinn dieses kleinen Beitrages. Ähnlich wie des Verfassers im vergangenen Jahr erschienene Büchlein über den Kefirpilz inzwischen zur Kefirherstellung und seiner diätischen und heilenden Anwendung in vielen Haushalten geführt hat, darf so auf eine Rückbesinnung auf den Teepilz und die Nutzung seiner alten und der neuerdings erkannten Heilwirkungen gehofft werden.

Synonyma

Von den drei gebrauchten Begriffen „Teepilz“, „Combucha“ und „Teekwaß“ ist der erstgenannte sicher am einfachsten zu erklären. Es ist naheliegend, einen auf Tee lebenden Pilz „Teepilz“ zu nennen.

Das Wort „Combucha“ kommt aus dem Japanischen. Die in Japan als Nahrungsmittel und zur Teebereitung benutzte Braunalge *Laminaria japonica* heißt dort „Conbu“. Tee heißt „Cha“, also ist Combucha der Algente. Der Name ist später auf den durch die Lebenstätigkeit des Teepilzes aus dem Meeresalgen-Tee entstandenen Teekwaß übergegangen, der in Asien seit uralten Zeiten ein von den Einheimischen auf's strengste geheimgelhaltenes Volksheilmittel gegen alle möglichen Krankheiten ist, und schließlich von ihm auf den das Heilmittel erzeugenden Organismus, den Teepilz selbst. Ebenso wie aus dem bei uns meist benutzten Schwarztee liefert der Teepilz auch aus Aufgüssen von Kräuter- und Algentees Teekwaß. Der aus Schwarztee bereitete schmeckt am besten, über Sonderfälle der Benutzung anderer Tees aus gesundheitlichen Gründen wird später berichtet werden.

Den Namen „Teekwaß“ erhielt das aus dem Osten über Rußland zu uns gekommene Getränk nach Kwaß, das auch ein säuerliches, kohlenensäurehaltiges Erfrischungsgetränk ist, mit dem es aber nichts zu tun hat. Das in Rußland beliebte Genußmittel Kwaß, das etwa in Moskau an heißen Tagen in Tankwagen zum Abzapfen in Krüge durch die Straßen gefahren wird, entsteht im Grunde durch Milchsäuregärung aus in Wasser aufgeweichtem Brot, dem je nach Rezeptur noch verschiedenartige Zutaten wie Malz, Mehl, Sirup, Zucker, Pfefferminze u. a. beigegeben werden; für jedes zaristische Regiment

war es Ehrensache, ein eigenes, nicht preisgebendes Kwaßrezept und damit den jeweils allerbesten Kwaß zu haben.

Außer den erwähnten gibt es noch eine ganze Reihe weiterer Namen sowohl für den Teepilz, wie für das mit seiner Hilfe bereitete Getränk. Wenn die wichtigsten nachstehend zusammengestellt werden, dann nicht um der Aufstellung selbst willen. Wir werden sehen, daß man den Namen eine Menge entnehmen und manches aus ihnen lernen kann.

Synonyme für den Pilz

Brinum-Ssene (lett.)
Cajnogo griba (russ.)
Cembuya orientalis (lat.)
Chamboucho (rum.)
Champignon de longue vie (fr.)
Chinesischer Teepilz
Comboucha (fr.)
Combucha (jap., eingedeutscht
internat. gebräuchlich)
Fungojapon
Fungus japonicus (pharm.)
Gichtqualle
Heldenpilz
Hongo (sp.)
Indischer Teepilz
Indischer Teeschwamm
Indischer Weinpilz
Indisch-japanischer Teepilz
Japanische Combucha
Japanischer Pilz
Japanischer Schwamm
Japanischer Teepilz
Japanisches Mütterchen
Japanpilz
Kombucha
Kombuchaschwamm
Mandschurischer Pilz
Mandschurischer Schwamm
Mandschurisch-japanischer Pilz
Medusomyces fisevii LINDAU (wiss.)
Mo-Gu
Olinka (cs.)
Russische Blume
Russische Qualle
Russischer Pilz
Sakwaska (russ.)
Teekwaßpilz
Theeschimmel (holl.)
Teepilz
Teeschwamm

Wolgameduse
Wolgapilz
Wolgaqualle
Wunderpilz
Yaponge
Zauberpilz

Synonyme für das Getränk

Combuchageränk
Kombuchageränk
Medusentee
Pilztee
Russischer Tee-Essig
Tea-beer (engl.)
Tea-cider (engl.)
Teekwaß
Teemost
Theebier (holl.)

Vielen der Namen sieht man sofort an, daß man den bis heute nicht eindeutig belegbaren Ursprung des Teepilzes im Osten sieht: Rußland, Indien, China, Mandchurei, Japan. So anschaulich Namen wie „Wolgaqualle“ auch sind, darf man daraus leider doch nicht ableiten, daß der Teepilz in russischen Flußläufen vorkomme; das bleibt auch dannbarer Unsinn, wenn ein Anonymus derartige Behauptungen 1926 in die Apotheker-Zeitung setzte. Mit den Quallen und Medusen ist es überhaupt so eine Sache. Auch der gut verständliche, von LINDAU aufgestellte Gattungsname „*Medusomyces*“ erwies sich schnell als wissenschaftlich nicht haltbar; im nächsten Kapitel wird das erläutert. Wie gut, denn wer wirklich mit dem Pilz umgeht, merkt recht bald, daß er nichts qual- und medusenhaftes an sich hat!

In Livland und Kurland war der Gebrauch des Teepilzes, nachdem er von Osten kommend Mitteleuropa erreicht hatte, lange vor den westlicheren Ländern bekannt, und er wurde dort auch als Volksheilmittel gegen Magenleiden und Kopfschmerzen verwandt, merkwürdigerweise aber nur von den Letten, nicht von den Litauern, Esten und Deutschen. Daher hat bei der Weiterwanderung des Pilzes nach Westen auch der lettische Name „*Brinum-Ssene*“, der nichts anderes als „Wunderpilz“ bedeutet, Verbreitung in Westeuropa gefunden. Die Bezeichnung „*Champignon de longue vie*“ auch außerhalb Frankreichs deutet auf die dem Pilz beigemessene Heilkraft und damit Verlängerung des Lebens. „*Gichtqualle*“ deutet auf entsprechende Verwendung als Heilmittel.

Der Name „Heldenpilz“ rührt daher, daß der Pilz, wie L. v. POPIEL 1917 beschrieb, japanischen Kriegern mit ins Feld mitgegeben wurde. Sie ließen ihn dort in ihrer Feldflasche und konnten sich durch Aufgießen von frischem Tee so immer wieder ein erfrischendes und durch seinen Vitamingehalt auch stärkendes Getränk bereiten.

In böhmischen und mährischen Klöstern war der Teepilz bedeutend früher als in ihrer Umwelt bekannt. Man hütete dort streng das Geheimnis und erfand, um dieses zu erleichtern, den Namen „*Olinka*“. Die Erscheinung, daß man in hochgelehrten Klöstern viele Dinge früher wußte und konnte, als in der Umwelt der ungebildeten Bauern, Bürger und sogar Fürsten, und sie streng für sich geheim hielt, gab es oft. Man denke an die Kunst des Bierbrauens, der Liqueurbereitung, des Backens von mutterkornfreiem und daher nicht mehr krankmachendem Brot usw.

Von den vielen Synonymen, die es heute für den Teepilz gibt, hat der Name „*Combucha*“ seit seiner (späten!) Aufnahme im Jahre 1973 in die vierte Neuauflage des „*HÄGER*“, des in allen unseren Apotheken aufliegenden Handbuches der pharmazeutischen Praxis, eine besondere Bedeutung erhalten. Man versteht darunter heute im Gegensatz zu therapeutisch weniger wertvollen Teepilzarten die durch hohe Glucuronsäureproduktion und anderes therapeutisch besonders wertvolle Art. So wie es bei den höheren Pilzen z. B. viele verschiedene Champignonarten von wohlschmeckendsten bis zu giftigen gibt, gibt es also auch verschiedene Teepilzarten. Man kann sie aufgrund ihrer spezifischen Lebensweise, auf die wir noch zu sprechen kommen werden, leider nicht mit einfachen wissenschaftlichen Namen, wie z. B. *Agaricus campester* usw., benennen und auseinander halten. Daher wird man, wenn man einen Teepilz nicht nur zur Bereitung eines Erfrischungsgetränkes haben, sondern ihn auch für Heilzwecke einsetzen möchte, von einem „*Combucha-Teepilz*“ reden müssen. Ebenso wird man sich möglichst nicht irgendeinen Teekwaß, sondern „*Combucha-Teekwaß*“ bereiten. Als Heilzwecken dienliche Tropfen, die man durch Auspressen des Pilzes erhält, sind nur echte „*Combuchatropfen*“ brauchbar; man braucht dazu als Ausgangsmaterial einen echten *Combucha-Teepilz*.

Fortsetzung folgt. Wer schon vorher einen echten *Combucha-Teepilz* mit Zuchtanleitung haben möchte, wende sich an den Autor.

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Südwestdeutsche Pilzrundschau](#)

Jahr/Year: 1983

Band/Volume: [19 2 1983](#)

Autor(en)/Author(s): Meixner Axel

Artikel/Article: [Combucha, der Teepilz 1-4](#)