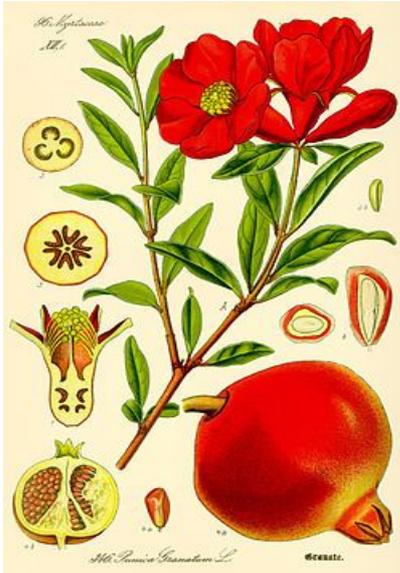


Der **Granatapfel** (*Punica granatum*) gehört der Familie der Weiderichgewächse. Ursprünglich stammt der Granatapfel aus dem Gebiet des heutigen Irans, Armeniens und Nordindiens.

Der Gattungsname *Punica* leitet sich von lateinisch *punic(e)us*, „punisch“ ab, der römischen Bezeichnung für die Phönizier. Der deutsche Name *Granatapfel* geht auf den lateinischen Namen *granatum* zurück, von lateinisch *granum*, „Korn“, „Kern“, „Samen“) wegen der zahlreichen in den Früchten enthaltenen Samenkörner.



Der Granatapfel wächst als sommergrüner kleiner Baum und wird oft als Strauch kultiviert; er erreicht Wuchshöhen bis zu 5 Meter und kann einige hundert Jahre alt werden. Er ist normalerweise laubabwerfend, aber auch immergrün. Die Blütezeit liegt normalerweise im Frühjahr und Sommer, in manchen Regionen sind 2 bis 3 Blütezeiten üblich. Die geruchlosen Blüten stehen einzeln oder in kleinen Gruppen an den Zweigenden. Die sehr vielen Staubblätter (bis über 300) sind kreisig angeordnet und können die Blütenkrone überragen. Der Granatapfel ist selbst- oder fremdbestäubt.



Frucht und Samen

Die Frucht ist bei einem Durchmesser von 5 bis 12 cm normalerweise 150–500 Gramm schwer, kann aber auch bis zu 20 cm groß und 500 bis über 1000 Gramm schwer werden. Die Frucht ist kugelig und apfelähnlich. Innen ist sie in einzelne Kammern unterteilt, in denen sich die Samen befinden. Diese sind von einer glasigen, leicht durchscheinenden, saftig-prallen, herbsüßen Samenschale umgeben, die bei Druck leicht zerplatzt. Die Frucht enthält etwa 200 bis über 1000 Samen. Die Frucht öffnet sich bei Vollreife unregelmäßig. Die Zeit von der Blütezeit bis zur Fruchtreife beträgt etwa 130 bis über 175 Tage.

Der Granatapfel wird im Mittelmeerraum und im Nahen Osten, beispielsweise in Aserbaidschan, im Iran, in Armenien, Ägypten, Spanien, Marokko, Tunesien, Syrien, Palästina, Israel und in Anatolien seit Jahrtausenden kultiviert.

Einige Sorten des Granatapfels gedeihen in wintermilden Regionen Mitteleuropas. Generell ist die kultivierte Pflanze aber kälteempfindlich, Temperaturen unter 12 °C können sie beschädigen. In der Ruhephase kann sie auch kurzen, nicht zu starken Frost ertragen. Sie bevorzugt eine geschützte, sonnige Lage sowie nicht zu starken Niederschlag und übersteht gut auch Trockenperioden.

Kulturgeschichte

Die archäologischen Überlieferungsbedingungen für Granatäpfel sind schlecht, da die Frucht meist frisch verzehrt wird. Versuche zeigten, dass lediglich alte Granatäpfel mit relativ ausgetrockneter Schale die Chance haben, zu verkohlen und so überliefert zu werden. Ein verkohlter Granatapfel wurde in den frühbronzezeitlichen Schichten des Tel es-Sa'idiyeh in Jordanien gefunden. Auf Zypern und in Ägypten wurden in der späten Bronzezeit farbige Glasgefäße in Form eines Granatapfels hergestellt. Das bei Kaş in der Türkei gefundene Schiff von Uluburun enthielt zyprische Vorratskrüge mit über 1000 Granatapfelsamen. Granatäpfel wurden als Grabbeigabe in einer Grabkammer eines hohen ägyptischen Beamten aus der Zeit von Ramses IV. gefunden. Im jordanischen Tell Deir 'Allā im Jordantal wurden Granatäpfel in eisenzeitlichen Schichten geborgen. Im Opferschacht eines eisenzeitlichen Tempels bei 'En Hazeva in Edom fanden sich Steinanhänger in

Granatapfelform. In der Abi'or Höhle bei Jericho, die den Rebellen des Bar-Kochba-Aufstandes im Herbst 135 n. Chr. als Unterschlupf diente, wurde u.a. ein Stück Granatapfelrinde gefunden, ein ähnlicher Fund stammt aus der *Cave of the Spear* in der Nähe von 'En Gedi in Israel. In Deutschland ist der Granatapfel etwa im mittelalterlichen Konstanz archäologisch nachgewiesen.

Verwendung

Granatäpfel und ihr gepresster Saft sind im Mittelmeerraum, im Nahen Osten, in den USA, in Südeuropa und seit einigen Jahren auch in Mittel- und Nordeuropa weit verbreitet. Aus dem Saft wird auch Granatapfelwein gewonnen, der vor allem von Armenien und Israel exportiert wird. Das Fruchtfleisch oder der Saft des Granatapfels werden zur Verfeinerung von Wild- oder Geflügelgerichten oder in Obstsalaten verwendet.

Die Schale des Granatapfels war traditionell Farbstoff für Orientteppiche. Auch in Indien wurde sie zum Färben von Wolle in Gelb- und Schwarztönen verwendet. Mit einem Extrakt aus der Wurzel des Granatapfelbaumes können mit einer Eisenbeize tief dunkelblaue Farbtöne erzeugt werden.

Inhaltsstoffe

Der Granatapfel sowie die nicht essbaren Blüten und Blätter enthalten größere Mengen bioaktiver Substanzen. Die verzehrbaren Samen enthalten hohe Mengen von Substanzen, die entzündungshemmende und antioxidante Effekte haben. In der Samenschale wurden auch verschiedene organische Säuren wie beispielsweise Ascorbinsäure, Citronensäure oder Äpfelsäure identifiziert. Der fleischige Samenmantel besteht größtenteils aus Wasser (85 %), daneben Zucker (10 %), Pektin (1,5 %), aber auch Polyphenole und Anthocyane. Im Granatapfelkernöl finden sich Linolsäuren, u. a. 65–85 % Punicinsäure, von geringerem Anteil auch Palmitinsäure, Ölsäure, Linolsäure, Stearinsäure, Sterine, Steroide und Cerebroside.

Medizinische Bedeutung

Historisch wurden Granatäpfel und Granatapfelblüten zur Behandlung verschiedener Krankheiten genutzt, beispielsweise zur Behandlung von Durchfall und Geschwüren.

Da nicht nur die Frucht selbst, sondern auch andere Teile des Baumes reich an sekundären Pflanzenstoffen mit möglicher therapeutischer Bedeutung sind, wurde die Pflanze in den letzten Jahrzehnten intensiv wissenschaftlich untersucht. So zahlreiche Studien erforschten eine mögliche positive Wirkung des Granatapfelsaftes bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Arthritis. Weiter senkt der Konsum von Granatapfelsaft den systolischen und diastolischen Blutdruck. Auch bei bestimmten Krebserkrankungen soll er positive oder vorbeugende Wirkung haben.

Der Granatapfel in der Bibel

Der Granatapfel wird mehrfach im Alten Testament erwähnt. Er gilt als eine der bedeutsamen sieben Früchte, mit denen das Gelobte Land Israel gesegnet war. Schmuckelemente in Granatapfelform waren laut der Schilderung in 2 Mos 28,33f. Teil des Gewands des Hohepriesters. Die Spitzen der beiden erzernen Säulen Jachin und Boas vor dem Salomonischen Tempel wurden laut 1 Kön 7,18 von zwei Reihen Granatäpfeln geschmückt. König Saul verweilte nach 1 Sam 14,2 unter einem Granatapfelbaum. Im Hohelied wird das Wort Granatapfel mehrere Male verwendet, um die Schönheit einer Frau zu untermalen (4,3, 4,13, 6,7). Schließlich findet sich der Granatapfelbaum noch bei den Propheten Joel 1,12 und Haggai 2,19.

Der Granatapfel in der Symbolik

Sandro Botticelli: Detail aus der *Madonna mit dem Granatapfel*, 1487



Der Granatapfel ist ein Symbol für Leben und Fruchtbarkeit, aber auch für Macht (Reichsapfel), Blut und Tod. In der christlichen Symbolsprache kann der Granatapfel für die Kirche als Ekklesia stehen, als Gemeinschaft der Gläubigen. Er symbolisiert auch das Enthaltensein der Schöpfung in Gottes Hand bzw. Vorsehung.

Er ist außerdem auch Symbol des Priesterstandes, weil er in seiner harten Schale (= Askese des Priesterstandes) reiche Frucht trägt. Aufgrund dieser Symbolik taucht der Granatapfel in zahlreichen mittelalterlichen Tafelgemälden auf. Auf der von Matthias Grünewald 1517/1519 geschaffenen Stuppacher Madonna spielt das Jesuskind mit einem Granatapfel, den ihm seine Mutter Maria reicht. Diese Darstellung steht in der Tradition der seit dem Hochmittelalter nachgewiesenen Marienitel als „Mutter der Kirche“ (*mater ecclesiae*).

Die Stadt Granada, die gleichnamige Provinz und viele ihrer Orte sowie Teile des Wappens von Spanien führen den Granatapfel im Wappen. Möglicherweise ist die Stadt Granada auch nach dem Granatapfel benannt; die umliegende Landschaft ist heute noch ein wichtiges Anbaugelände.

In der persischen Dichtung steht der Granatapfel auch metaphorisch für die weibliche Brust und eine gesunde Gesichtsfarbe.