

Emmertarwe, ook wel tweekoren

De emmertarwe behoort tot een van de oudste cultuurgewassen ter wereld (*Triticum dicoccum*). Binnen het gewas kennen we zomer- en winterrassen. De voorouder is de wilde emmer (*Triticum dicoccoides*). Het verschil tussen de wilde en de gedomesticeerde soort is dat bij de cultuurgewassen de aar heel blijft bij rijpe zaden. De emmertarwe is voorloper van de harde tarwe (*Triticum durum*) en de khorasantarwe of kamut (*Triticum turgidum*). Van alle graansoorten is emmertarwe de belangrijkste. De tarwe kan maximaal 200 cm hoog worden. De wintertarwe wordt in september-oktober gezaaid en de zomertarwe vanaf eind januari en kan in augustus worden geoogst.



De oorsprong

Opgravingen bij Ohalo II toont aan dat deze emmertarwe al 19.000 jaar geleden door jager-verzamelaars werd verzameld en gegeten. Al 12.000 jaar geleden wordt het gewas verbouwd in het Midden-Oosten en in Nederland kennen we het gewas sinds de nieuwe steentijd. Zowel in het Midden-Oosten als in Europa is dit gewas door de hele geschiedenis heen verbouwd. Inmiddels wordt het gewas weer op kleine schaal in Nederland verbouwd, voor onder andere bier. Op grote schaal wordt het graan verbouwd in het Midden-Oosten waar ook de wilde variant van nature voorkomt. In graslanden en de bossen is de emmertarwe te vinden in de natuur. In bergachtigen gebieden wordt deze tarwe vaak verbouwd.



Gebruik van prehistorie tot nu

Al in oude Egypte werd brood van emmertarwe gemaakt en het levert een goede kwaliteit brood op. In het oude Egypte had men een voorkeur voor deze tarwe en naast gerst was emmertarwe de belangrijkste ingrediënten in brood en bier. Door een laag gehalte aan gluten kan van emmertarwemeel alleen brood worden gemaakt door koud rijzen en zuurdesem. Het brood is vochtig en notig van smaak. In Nederland is dit brood ook verkrijgbaar. Ook wordt het meel als smaakstof in volkorenbrood gebruikt. In Italië wordt graan gebruikt voor het maken van emmertarwebrood, maar ook worden de hele graankorrels verwerkt in soep. Ook wordt emmertarwe gebruikt bij het maken van bier, risotto en pasta. Emmertarwe is ook een voedselbron voor dieren.



Brood van emmertarwe

Emmertarwe onderscheidt zich van modern graan door zijn unieke smaak; een lichtzoete nootachtige smaak. Daarnaast is het uiterst arm aan gluten en door de harde kaf zijn bij de verbouwing weinig risico's op ziektes en zijn bestrijdingsmiddelen dus overbodig. Het verdwijnen van emmertarwe is een voorbeeld van ons huidige beeld over brood. "Wat eens een gezond voedingsmiddel was, is nu niets anders geworden dan een drager van grote hoeveelheden beleg". Gezond brood van echt graan is brood van emmertarwe.