

Le Paradis du Safran



مرحبا بكم

Marhaba!

DE Herzlich Willkommen in unserem Paradies. Entdecken Sie unseren botanischen BIO-Garten (Safran, Heilkräuter, Zitrus- und exotische Fruchtbäume). Lassen Sie Ihre Seele baumeln, erholen Sie sich in unseren lauschigen Terrassen und bewundern Sie die fantastische Sicht auf das Atlasgebirge. Erleben Sie am Schluss Ihres Rundganges unseren beliebten Barfussweg mit den Kräuterbädern und verwöhnen Sie Ihre Füße mit feinstem Arganöl. Gerne servieren wir Ihnen unseren aromatischen 10-Kräuter-BIO-Tee mit Safran veredelt – lassen Sie sich überraschen!

Schön, dass Sie bei uns sind. Mein Team und ich wünschen Ihnen viel Vergnügen und unvergessliche Momente auf der Entdeckungsreise durch unser Gartenparadies.

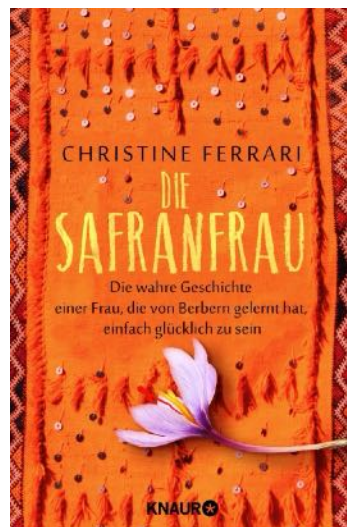
FR Bienvenue dans notre paradis. Découvrez notre jardin botanique bio (Safran, plantes médicinales, agrumes et arbres fruitiers exotiques). Reposez-vous dans une de nos terrasses et admirez la vue fantastique sur les montagnes de l'Atlas. Ne manquez pas notre sentier sensoriel pieds nus avec des bains d'eau aux plantes médicinales et soignez vos pieds avec de l'huile d'argan. A la fin de votre visite, nous vous servons notre tisane bio à base de 10 plantes aromatiques parfumée au safran - laissez-vous surprendre!

Un plaisir de vous avoir avec nous. Mon équipe et moi-même vous souhaitent des moments inoubliables lors de la découverte de notre jardin paradisiaque.

EN Welcome in our paradise. Discover our organic botanical garden (Saffron, medicinal plants, citrus- and exotic fruit trees). Relax in one of our terraces and admire the fantastic view of the Atlas Mountains. Do not miss our barefoot trail with herbal baths and pamper your feet with organic argan oil.

At the end of your visit, we will serve you our organic 10-herbal tea with saffron. Let yourself be surprised! A pleasure to have you with us. My team and my-self wish you unforgettable moments in discovering our paradise garden.

Herzlichen Dank für Ihren Besuch! Merci de votre visite!
Thank you for your visit!



ISBN 978-3-426-79036-6

Safran - Saffron

Botanik / Botanique / Botany

DE Die von einer weissen Haut umhüllte violette Blüte des *Crocus Sativus* L. erscheint im Herbst und besteht aus 6 Blütenblättern, drei Pollengriffeln und einen sich in drei Narben verzweigenden Griffel (= 3 Safran-Fäden). Die Safran-Pflanze stammt aus der Familie der Schwertliliengewächse, Unterart Krokus. Der robuste Safran gedeiht in Höhenlagen von 650 bis 1200 m und erträgt Temperaturen von -20° C bis +50° C.

FR La fleur du *Crocus Sativus* L. avec ses 6 pétales violettes pousse en automne protégée par une gaine blanche, trois réétamines de pollen et trois stigmates rouges (= 3 filaments de Safran). La plante safran est issue de la famille des Iridacées, sous-famille Crocoïdes. Plante robuste, elle se cultive entre 650 et 1200 m d'altitude et peut subir des températures entre -20° C jusqu'à +50° C.

EN The flowers of *Crocus Sativus* L. contain six purple petals, three pollen and three red stigmas, equalling 3 saffron filaments, appear in autumn, protected by a white peel. *Crocus* is a genus from the Iridaceae family, a subfamily of Crocoideae. It is a resistant plant, cultivated at altitudes from 650 to 1200 meters. It can nonetheless survive cold winters and hot summers, tolerating temperatures varying between -20° C and +50° C.



Safran - Saffron

Pflanzung / Plantation

DE Auf 2 Hektaren sind rund 6 Tonnen Safran-Knollen (ca. 600'000) gepflanzt. Die Pflanzung erfolgte von Hand mit Hilfe von 20 Männern während einer Woche. Die Knollen bleiben während mehrerer Jahre an Ort und Stelle und werden bei Bedarf ersetzt.

FR Sur deux hectares, il y a six tonnes de bulbes de safran (env. 600'000) plantés. Il fallait 20 hommes pendant une semaine pour les planter à la main. Les bulbes restent en place pendant plusieurs années et seront échangés en cas de besoin.

EN Six tons of saffron bulbs (approximately 600'000) are planted on two hectares of land. This is very tedious work, done by hand, by 20 workers over the period of one week. The bulbs remain in place during several years and may be replaced by new ones if necessary.



Safran - Saffron

Blüte / Floraison / Flowering

DE Die Blüte resp. Ernte des Safrans erfolgt überall auf der Welt im Herbst, genauer gesagt im November während 3-4 Wochen. Das heisst, ein halbes Jahr zeitverschoben zu den Krokussen in Europa (Frühling).

FR La floraison/récolte partout au Monde a lieu toujours en automne, plus précisément en novembre pendant trois à quatre semaines. C'est à dire une demie année de différence par rapport aux crocus qui fleurissent en Europe au printemps.

EN The flowering period, when harvesting begins, is in November, and lasts for three or four weeks. This is the same everywhere in the world, and differs from the crocus flowers in Europe, which grow in spring.



Ernte / Récolte / Harvest

DE Die Ernte der Blüten erfolgt frühmorgens. Anschliessend zupfen die Berberfrauen – an den besten Erntetagen 50 – die delikaten 3 Safranfäden aus den Blüten. Jeden Tag muss das ganze Feld abgeerntet sein, weil während der Nacht wieder neue Blüten erscheinen. Danach erfolgt die Trocknung der Safranfäden in einem Dörrgerät (40° C ca. 30 Minuten). Um ein einziges Gramm Safran zu ernten, dauert es ca. 3 ½ Stunden. Für 1 kg Safran werden rund 150'000-200'000 Blüten benötigt.

FR La récolte, fleur par fleur, se fait tôt le matin. Ensuite, les femmes berbères – les meilleurs jours une cinquantaine – émondent les 3 filaments de safran. Chaque jour, la récolte doit être terminée car pendant la nuit de nouvelles fleurs apparaissent. Après l'émondage, les filaments de safran sont séchés dans des déshydrateurs (à 40° C, env. 30 minutes). Pour récolter 1 gramme de safran, il faut env. 3 ½ h de travail. Pour récolter 1 kg de safran, il faut environ 150'000-200'000 fleurs.

EN The harvest – one flower at a time – is done early in the morning. Then about 50 Berber ladies, working as a team, gently remove the saffron filaments. This labour-intensive task must be completed by the end of each day, since new flowers appear during the night. Later, the saffron filaments are dried in a dehydrator (at 40° C for approximately 30 minutes). It takes about 3 ½ hours to harvest one gram of saffron. In order to obtain 1 kg of saffron, between 150'000-200'000 flowers are needed.



Safran - Saffron

Fälschungen



DE Da Safran das teuerste Gewürz der Welt ist, findet man oft auch Fälschungen. Es gibt einige wichtige Hinweise, echten Safran von einer Fälschung zu unterscheiden:

- Safran-Fäden weisen am oberen Ende eine trichter-/trompetenförmige Oeffnung auf.
- Eine gute Safran-Qualität muss immer lichtgeschützt gelagert sein. Licht schadet Safran in Bezug auf Farbe und Geschmack.
- Wenn man einen Safran-Faden in wenig kaltes Wasser gibt, muss der Faden auf der Wasseroberfläche schwimmen und es dauert ca. 30 Minuten, bis das Wasser eine gelbe Farbe annimmt. Das Wasser muss transparent bleiben. Ein gefälschter Safran-Faden hingegen sinkt sofort zu Boden und das Wasser verfärbt sich gelb, orange, rot oder rosarot und das Wasser wird trübe. Was könnte eine Fälschung sein? Haare, Hühnerfedern, gefärbtes Papier und Plastik, Maisgriffel, Färberdistel, Gelbwurz, Ringelblumen, getrocknete Fleischfäden...
- Ein Safran-Faden zwischen feuchten Fingern zerrieben, ergibt eine gelbe und niemals rote Farbe, welche sich beim Händewaschen rasch verflüchtigt. Bei einer Fälschung, wo ein künstlicher Farbstoff verwendet wird, dauert dies bedeutend länger.

Safran - Saffron

Fraudes / Falsifications

FR Le safran étant l'épice le plus cher au monde, on y trouve souvent des falsifications. Vous trouverez ci-dessous quelques points importants de faire la différence entre un vrai safran et une falsification:

- Les filaments de safran présentent toujours en hauteur une large ouverture comme des trompètes ou corolles.
- Une bonne qualité de safran doit toujours être protégée de la lumière. Celle-ci a un effet néfaste sur la couleur et l'arôme du safran.
- Si on met un filament de safran dans un peu d'eau froide, le filament doit flotter en surface et il faut env. 30 minutes avant que l'eau qu'il commence à devenir jaune. L'eau doit rester transparente. Tandis qu'un filament falsifié descend tout de suite au fond de l'eau et celle-ci devient immédiatement jaune/orange/rouge ou rose et l'eau est trouble. C'est quoi, une falsification? Cheveux, plumes de poules, papier et plastique coloré, barbes de maïs, safflor, curcuma, souci, viande séchée...
- Un filament de safran pris entre deux doigts mouillés les colore en jaune et non pas en rouge! Une fois les doigts lavés, la couleur s'enlève, tandis que avec une falsification resp. un colorant artificiel, cela prendra beaucoup plus de temps.

EN Since saffron is the most expensive spice in the world, it is often adulterated and sold under false pretenses. When purchasing saffron, below are some important tips to check the quality:

- Saffron filaments have a large opening on the top, resembling small trumpets.
- Good quality saffron should always be protected from light, which damages its colour and taste.
- If you put a pure saffron filament in a bit of cold water, it should float on the top, and it takes about 30 minutes until the water becomes yellow. The water must remain transparent. A false saffron filament, however, immediately sinks to the bottom, the colour of the water will be yellow, orange, red or pink, whilst the water will be cloudy.
- Which products have been found in fake saffron? Among others, hair, chicken feathers, coloured paper or plastic, corn cobs, safflower, turmeric, and dried meat!
- A pure saffron-filament rubbed between wet fingers will colour them in yellow, not red, and the stain will go away immediately after washing. However, for false saffron, which contains synthetic colorants, this will take much longer.



DE Safran wird auch als „Rotes Gold“ bezeichnet – das teuerste Gewürz der Welt. Oft findet man darin gelbe und weisse Bestandteile, welche nicht färben und keinen Geschmack entwickeln. Das ist der untere Teil der Safranfäden, sozusagen der Stiel. Ähnlich wie Stroh und Heu, eine unsaubere Arbeit resp. Füll- oder Streckmittel: Gewicht = Geld. Unser BIO-Safran entspricht der 1. Qualitäts-Kategorie nach ISO 3632. Schweiz: BIO-Knospe-Safran.

FR Le safran est appelé „L'Or Rouge“ – l'épice le plus cher au monde. Souvent on y trouve des parties jaunes et blanches qui ne colorent pas et qui ne donnent pas d'arôme. C'est la partie inférieure des filaments du safran, la base. A comparer avec du foin ou de la paille - un travail mal fait: Poids = Argent. Notre BIO-Safran est certifié 1ère catégorie d'après ISO 3632. Suisse: Safran BIO-Bourgeon.

EN Saffron is always referred to as "Red Gold". Often you may find white and yellow parts which do not colour and do not have any taste. This is lower part of the saffron filaments, which is similar to straw or hay. It is just used as "filling material" to enhance its weight, since weight equals more profits. Our organic saffron has been tested and deemed to be first class quality according to the standard ISO 3632. Switzerland: ECO-Bud-Quality.



Safran - Saffron

Kochen mit Safran / Safran en Cuisine / Cooking with Saffron

DE Wichtig: Für ein Gericht für 4 Personen: Ca. 20-30 Safran-Fäden in einem Mörser zu feinem Pulver zermahlen, 1-2 EL Wasser zugeben und dieses Konzentrat erst am Ende der Kochzeit begeben. 1 g Safran = ca. 600 Fäden. Vor Licht geschützt aufbewahren = mind. 3 Jahre Haltbarkeit! Anwendungsbeispiele: Safran-Risotto, Nudeln/Spargeln/Fischfilets mit Safran-Sahne-Sauce, Vanille-Eis mit Safran, Vanille-Kuchen mit Safran etc.

FR Important: Pour un plat pour 4 personnes: Ecrasez env. 20-30 filaments de safran dans un mortier, ajoutez un tout petit peu d'eau (1-2 CàS) et versez ce concentré seulement à la fin de la cuisson. 1 g Safran = env. 600 filaments. Stocké à l'abri de la lumière, le safran conserve sa qualité min. 3 ans! Exemples de recettes: Risotto au safran, Nouilles/Asperges/Filets de Poisson à la crème au safran, Glace Vanille au safran, Gâteau Vanille au safran etc.

EN Important: For a dish for four persons, crush approximately 20-30 saffron filaments in a mortar, add a little water (1-2 tbs), and then incorporate this concentration at the very end of the cooking cycle. 1 g Saffron = approx. 600 filaments. Saffron which is adequately protected from light has a shelf life of at least three years. Cooking-ideas: saffron-rice, noodles/asparagus/fish filets with saffron-cream sauce, vanilla ice cream with saffron, vanilla cake with saffron etc.



Fäden
Filaments
Filaments



Pulver
Poudre
Powder



Konzentrat
Concentré
Concentration

Gesundheit



DE In Marokko findet Safran traditionell Einsatz bei: Magenschmerzen/-krämpfe: einige Safranfäden zermörsert in etwas warmem Wasser gelöst und getrunken. Safran hat krampflösende Wirkung. Vorsicht: eine schwangere Frau könnte von der Einnahme einer grösseren Menge Safran ihr Baby verlieren. Hautprobleme wie Akne etc.: einige Safranfäden zermörsert in wenig kaltem Wasser lösen und das Konzentrat während einigen Tagen auf die betroffenen Hautstellen auftragen. Die gelbe Hautfärbung ist durch Waschen entfernbar. Gleiche Anwendung bei Entzündungen im Mundbereich, Fieberbläschen, Herpes, Aphten, entzündetes Zahnfleisch, Zahnschmerzen etc.: anti-mikrobiell, antiseptisch. Bei Depressionen, PMS-Syndrom, Stimmungsschwankungen, Arthrose, Rheuma, etc.: 1-2 mal täglich ca. 10-20 Safran-Fäden gemörsert in ein wenig kaltes Wasser oder direkt in heisses Wasser geben und trinken = stimmungsaufhellende und entzündungshemmende Wirkung.

Santé / Health

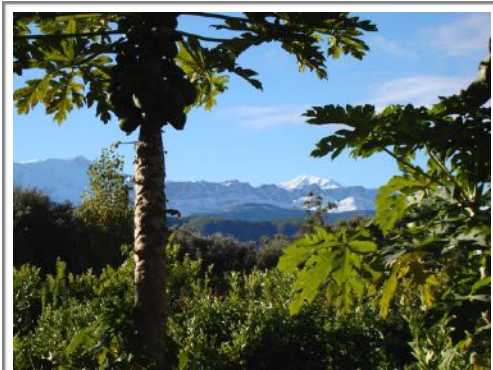
FR Au Maroc, le safran est utilisé traditionnellement entre autre en cas de: Maux/crampes d'estomac: quelques filaments de safran écrasés dans de l'eau chaude comme une tisane. Le safran a des vertus anti-spasmodiques, c'est à dire il relâche les crampes. Mais attention, une femme enceinte consommant le safran en fortes doses pourrait perdre son bébé. Problèmes de peau (acné etc.): quelques filaments de safran écrasés dans un petit peu d'eau que l'on applique sur les parties de la peau concernées pendant plusieurs jours. La coloration jaune s'enlève au lavage. Même usage pour des problèmes de la bouche, boutons de fièvre, herpès, aphtes, gencives enflammées, maux de dents etc.: action anti-microbienne, antiseptique. En cas de dépression, SPM, arthrose, rhumatisme, etc.: 1-2 fois par jour env. 10-20 filaments de safran soit écrasés dans un peu de l'eau froide, soit directement dans de l'eau chaude à boire: action anti-dépressive et anti-inflammatoire.

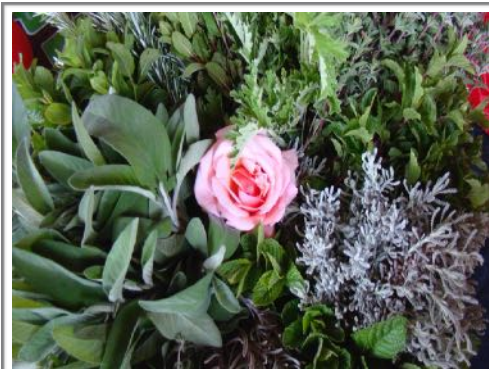
EN Traditional uses of saffron for health purposes in Morocco: inter alia, for the following symptoms: Pains/cramps in the stomach: crush some saffron filaments and add hot water. Saffron acts as an anti-spasmodic. However, pregnant females should be cautioned that saffron ingested in large doses could cause a miscarriage. Skin problems (i.e. acne): crush some filaments in a small amount of water, and then apply to the affected area regularly for some days. The colour will fade when washing. This same remedy can be used for cold sores, herpes, aphtes, sore gums, toothaches, etc., since it is anti-microbial and antiseptic. Depression and pre-menstrual symptoms, osteoarthritis, rheumatism: Once or twice a day, crush approx. 10-20 saffron filaments in a bit of cold water, or add directly to a cup of hot water, and drink this water = anti-inflammatory effect.



Impressionen - Impressions

Le Paradis du Safran







BIO-Safran Farm - Botanischer Garten - Panorama Ausblick
Barfuss-Erlebnisweg - Oase der Stille: mit allen Sinnen genießen!

Safranière BIO - Jardin Botanique - Vue Panoramique
Sentier Sensoriel pieds nus - Espaces Relax: profitez de tous vos sens!

Organic Saffron Farm - Botanical Garden - Panoramic View
Barefoot Adventure Trail - Relax Areas: enjoy with all your senses!

Km 31, Route d'Ourika – MA-42452 Ourika / Maroc

Tel. International +212 6 28 79 69 79 - Tel. National 06 28 79 69 79

info@paradis-du-safran.com / www.paradis-du-safran.com / www.safranprofi.com

