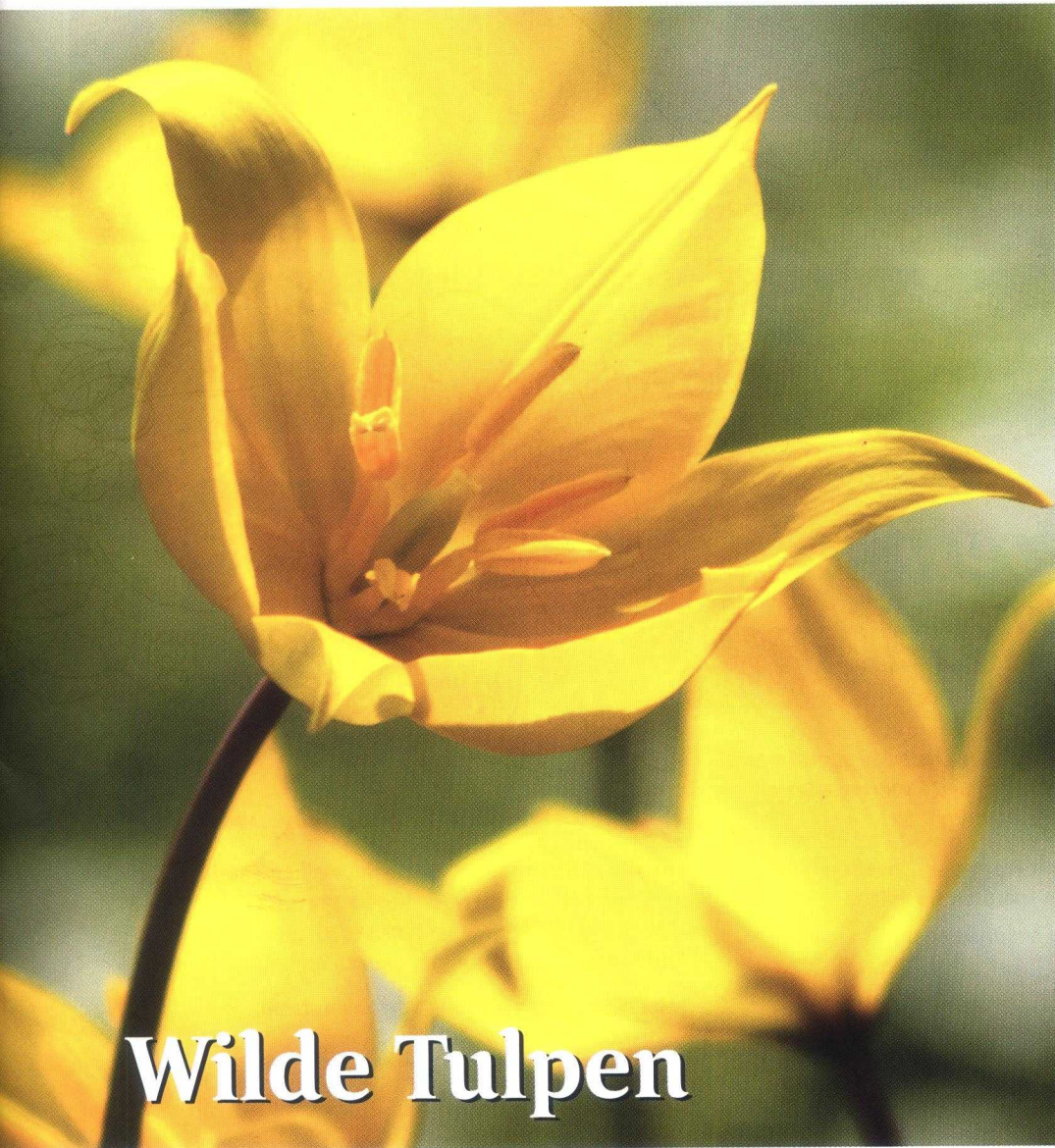


Gartenfreund



Wilde Tulpen



In luftige Höhen
Kletterpflanzen für Insekten



Im kühlen Schatten
Sitzplätze zum Wohlfühlen



Zukunft im Blick
Bundesverbandstag in Berlin

Verbandszeitschrift für das Kleingartenwesen



Die Blütenknospen kurz vor der Öffnung. Hier sieht man die beeindruckenden Dornen, die den Strauch sehr wehrhaft machen. Passen Sie also auf bei der Ernte!

Foto: Amilian Robert Vicol/Pixabay



Die Haferschlehe *Prunus domestica insititia*, ist eine alte Kulturform der Schlehe mit deutlich größeren Früchten, die auch schon vor dem Frost genießbar sind, doch bis zur Pflaume ist es noch ein weiter Weg.

Foto: Gabriele mlinsk/Pixabay



Die blaubereiften Früchte hängen noch lange nach dem Laubfall am Strauch. Auch bei Tieren sind sie eine beliebte Winternahrung, weshalb wir immer ein paar Früchte hängen lassen sollten.

Foto: Manfred Richter/Pixabay

Schwarz, weiß, blau – doch nicht der HSV!

Nur in Maßen roh verzehren

Die Schlehe, botanisch *Prunus spinosa*, ist eine Verwandte der Pflaume und ähnelt ihr auch geschmacklich. Doch wenn Sie schon einmal eine der dunkelblauen, mit weißem Reif überzogenen Früchte mutig probiert haben, werden Sie mir an dieser Stelle vermutlich vehement widersprechen. Ich ahne, wie sich Ihr Gesicht bei der Erinnerung an die Begegnung mit der Frucht verzieht: erst sauer, dann herb und dann ... einfach nur noch pelzig und unangenehm im Mund! Und das soll lecker sein? Dabei hat die Schlehe einen Zuckergehalt von bis zu 10 %, was das Doppelte einer reifen Erdbeere ist und die schmeckt doch wunderbar süß, oder?

Wie kommt es dann, dass die Schlehe so widerspenstig ist, sie schon bei der Ernte mit den manchmal als Ästchen getarnten, sehr spitzen Dornen dem Pflücker zu schaffen macht?

Der Grund ist der hohe Gehalt an Gerbstoffen, weswegen auch nur wenige Früchte bedenkenlos roh genossen werden sollten. Welchen Effekt Gerbstoffe haben, ist am einfachsten am Beispiel des getrockneten Rotweins zu erklären: Der Mund wird trocken und pelzig, da die Tannine mit den Eiweißen der Schleimhäute reagieren und eine Art Schutzschicht bilden. Und damit werden

Der Oktober steht ins Land und damit der Altweibersommer. Unweigerlich nähern wir uns der eher regnerischen, dunklen Jahreszeit. Doch dieser Monat ist noch einmal ein Lichtblick, mit bunt gefärbtem Laub, den letzten wärmenden Sonnentagen und vor allem den leuchtenden Wildfrüchten an Bäumen und Sträuchern.

Heute wende ich mich einer Wildfrucht zu, die leider ziemlich in Vergessenheit geraten und in Kleingärten meines Wissens nach fast gar nicht (mehr) anzutreffen ist.

Die Legende erzählt, dass der Strauch beschuldigt wurde, dass aus seinem Holz die Dornenkrone Christi geflochten wurde und aufgrund dieser Schuld sein Holz so schwarz geworden sei. Den Strauch kränkte diese Anschuldigung sehr und er grämte sich. Doch Gott hatte Mitleid mit ihm und zum Zeichen seiner Unschuld überzieht er ihn in jedem Frühling mit einem weißen Blütenkleid, bevor die Blätter sprießen.

Na, ahnen Sie, welche Pflanze ich meine? Die Schlehe, die auch Schwarzdorn genannt wird, ist ein großartiger Strauch und Wohnraum vieler Tiere, mit dunklem Holz, äußerst wehrhaften Dornen und schmackhaften Früchten. Sie war wohl auch Zeuge des Wettlaufes zwischen Hase und Igel auf der Buxtehuder Heide.



Foto: Anne Hornemann

Wildkräuter Die heimlichen Helden des Gärtners

In diesem Beitrag der Serie wirft Lilli Albrecht einen wertschätzenden Blick auf ein wuchsfreudiges Wildgehölz, dessen Früchte nicht nur bei Vögeln sehr beliebt sind.



Die Kirschkirsche *Prunus cerasifera* stammt ursprünglich aus Asien. Durch Kreuzungen mit der heimischen Schlehe ist die Pflaume entstanden, wie wir sie heute kennen.

Foto: Hans Benn/Pixabay

wo sie ebenfalls nachreifen, jedoch langsamer.

Und dann sind die Früchte wunderbar süß, sogar sehr süß.

Mit Zimt und Nelke kombiniert ist die Schlehe in Kuchen, Kompott, als Likör oder Marmelade ein Gedicht! Und genau richtig für die kalte Jahreszeit!

Doch sollten Sie einmal unreife, noch grüne Früchte geerntet haben, können Sie diese einfach wie Oliven in Salzlake einlegen!

Auch als Heilmittel geschätzt

Bisher ging es in erster Linie um den Genuss der Früchte. Doch wird der Schwarzdorn auch in der Volksheilkunde genutzt. So stellt der Tee aus den weißen Blüten ein mildes Abführmittel für Kinder dar. Ein starker Aufguss kann als Gurgelmittel eine beginnende Entzündung im Hals- und Rachenraum im Keim ersticken. Die Früchte sind aufgrund ihres Gehaltes an Vitaminen, Mineralstoffen und Anthocyanen ein wunderbares Stärkungsmittel nach Erkältungen bzw. können diesen, rechtzeitig genutzt, entgegenwirken.

Also los geht die Suche nach den letzten verbliebenen Schlehensträuchern und ihren herrlichen Früchten!

Wenn Sie Lust auf noch mehr wilde Kräuter, spannendes, altes Wissen und Rezepte mit ebendiesen haben, sind Sie herzlich eingeladen, mich bei Kräuterwanderungen und -kursen zu begleiten. Sollten Sie Fragen oder Anregungen zu Inhalten des Artikels haben, dürfen Sie mir gerne schreiben.

Die Termine und Kontaktmöglichkeit finden Sie unter www.lillis-kraeuterpfad.de

Ihre Lilli Albrecht

Schneeweiß leuchten die Blüten hier vor dem blauen Frühlingshimmel. Schlehen bilden gerne dichte Gebüsche mit ihren Wurzeläusläufern. Lassen Sie Ihre Schlehe daher nicht einfach machen, sonst nimmt sie zu viel Platz ein. Foto: Annette Meyer/Pixabay

unsere Geschmacksknospen fast außer Kraft gesetzt. Wir können so die Süße der Frucht und ihre großartigen Aromen nicht schmecken.

„Ja, wozu dann pflücken?“, mögen Sie sich vielleicht fragen. Einerseits sind Gerbstoffe in gewissen Mengen für uns heilsam, sorgen sie doch dafür, dass angeschlagene Schleimhäute wieder heilen können und andererseits braucht es nur ein wenig Geduld und ein paar Tricks, um diese wunderbare Frucht genießen zu können.

Frost sorgt für Süße

Kommen wir zu den Tricks: Sicher kennen Sie die Aussage, dass man gewisse Früchte erst nach dem ersten Frost ernten sollte, so auch die Schlehe. Leider ist dies manchmal erst sehr spät im Jahr und dann waren die

Vögel schneller und haben sich die Früchte gut schmecken lassen. Wobei auch eine Frostnacht bei weitem noch nicht ausreicht, um den Geschmack zu verbessern. Doch was tun? Eine Möglichkeit ist, die reifen Früchte (dunkelblaue Schale, rötliches Fruchtfleisch, roter Fruchtsaft) mit den Zweigen zusammen zu ernten, also zu schneiden und sie dann im kühlen, dunklen Keller, auf Stroh gebettet, in Ruhe nachreifen zu lassen. Denn der Zahn der Zeit sorgt dafür, dass die Gerbstoffe und die Anthocyane, die blauen Farbstoffe, die sehr wertvoll für uns sind, miteinander reagieren und erstere nicht mehr ihre unangenehme Wirkung entfalten, sondern das Aroma unterstützen.

Eine zweite Möglichkeit ist, die Früchte einzufrieren und sie mindestens ein halbes Jahr oder lieber noch länger in der Kälte zu lassen,





Zimmermann oder Tischler gesucht! Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter: 04106/639 20 90 oder per Mail: info@ambrosius-holzbau.de




Fachbetrieb für:
Garten- und Gerätehäuser in Blockbohlen- und Elementbauweise, Typenlauben und individuelle Modelle, Brandschäden, Umbauten, Anbauten, Terrassen, Überdachungen.

Tel.: 04106 639 20 90 • www.ambrosius-holzbau.de

 wasserkontor.de/shop

Lagerräumung
Rabatte auf Humustoiletten*



8 Hersteller 32 Modelle
kostenlosen Katalog anfordern

* nur auf Lagerware – bis 30.11.23

Bötzowstr.29 Berlin 030/44737670
Mo-Fr 10-13 & 14-19Uhr Sa 10-18Uhr