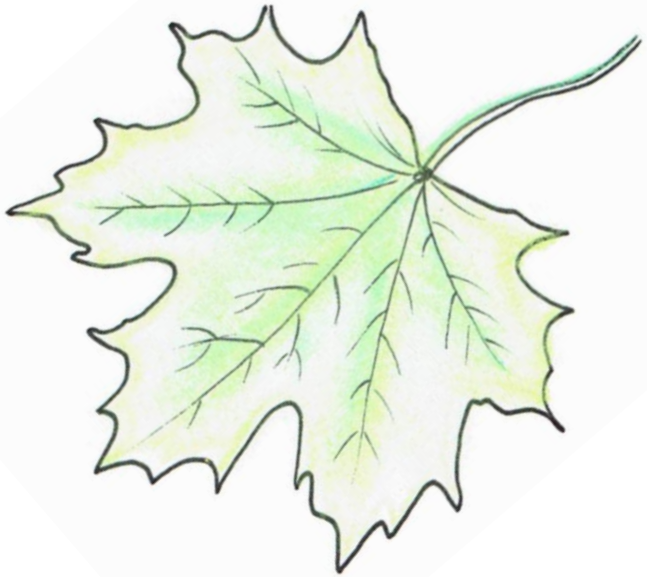
INHALTSVERZEICHNIS

Du hast genug von langweiligen Baumbeschreibungen und möchtest deinen Schüler*innen trotzdem die Natur näherbringen? Dieses Herbarium ist genau das Richtige für dich, da es nicht nur 26 verschiedenen Baum- und Obstarten erläutert und abbildet, sondern zusätzlich Hausrezepte birgt, die jederzeit nachgemacht und ausprobiert werden können. Im Sinne der Nachhaltigkeit haben wir uns dazu entschieden, das Herbarium in Schwarz, Weiß und Blau zu gestalten. Da es sich bei den Rezepten um Hausmittel handelt, übernehmen wir keine Verantwortung für Wirkung und Funktion.

.

Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik
Bildungsmanagement
AP 240
Projektjahr | 2020
www.haup.ac.at



Herbarium

einmal anders

Aronia | Schwarze Apfelbeere

Aronia melanocarpa

Lage

Die Apfelbeere ist feuchtigkeitsliebend, hält jedoch auch Trockenperioden aus und ist sehr gut an ein kontinentales Klima angepasst. Ein optimales Gedeihen findet an sonnigen bis leicht schattigen Standorten statt. Die Aronia wächst auf mittelschweren Böden bei einem pH-Wert von 5,8 bis 6,5. Ein Anbau ist auch in spätfrostgefährdeten Lagen möglich.

Verbreitung

Die größten Anbaugebiete befinden sich in Russland, Polen, Slowakei, Tschechien, Ungarn, Deutschland und Skandinavien. In Österreich ist die Aronia vor allem in der Steiermark zu finden.

Typische Merkmale

Die Aroniapflanze ist ein bis zwei Meter hoher sommergrüner Strauch mit spitzen, auffallend weinroten Winterknospen und einer weißen Blüte. Die Laubblätter sind 2-8 cm lang, meist kurz zugespitzt, fein kerbig gesägt und oberseits auf der Mittelrippe mit schwarzroten Haaren. Die Beeren sind dunkel-violett bis fast schwarz und 6-13 mm groß. Die Samenkerne sind, wie beim Apfel symmetrisch in der Mitte angeordnet. Die Aroniabeere enthält unter anderem Anthocyane-Sekundäre Pflanzstoffe, Gerbstoffe, viele Vitamine und Mineralstoffe und wirkt antibakteriell, antiviral und entzündungshemmend.

Herkunft

Die Apfelbeere stammt aus dem Osten Nordamerikas und wurde bereits von den Indianern als Heilpflanze und als wertvolle Frucht geschätzt.

Brombeere
1 Pirc, H.; 2009: Wildobst und Obstarten im Hausgarten. – Leopold Stocker Verlag, S. 133 – 134 2 https://baumfreunde.org/FinBa/rubus-fruticosus 3https://www.apotheker.or.at/Internet/OEAK/NewsPresse_1_0_0a.nsf/agentEmergency!OpenAgent&p=637F49DFF64970E6C1256EEE00429405&fsn=fsStartHomeFachinfo&iif=0
(Weiß-)Tanne
1 http://www.wald-in-oesterreich.at/die-tanne-baum-des-jahres/ 2 https://www.garten-treffpunkt.de/lexikon/tannen.aspx#vorkommen_haeufigkeit 3 https://www.kostbarenatur.net/anwendung-und-inhaltsstoffe/tanne/
Fichte
1 https://www.tierfreund.de/gemeine-fichte/ 2 https://www.uni-goettingen.de/de/vorkommen/23512.html 3 https://www.wald.de/die-fichte-picea-abies-l/ 4 https://www.mitliebegemacht.at//bewaehrte-hausmittel-fichtenwipfelsirup-selber-machen/
Wacholder
https://www.bach-blueten-portal.de/wacholder/ https://www.besserhaushalten.de/vorratslexikon-von-a-bis-z/wacholder/ https://www.bluehendesoesterreich.at/naturlexikon/wacholder
Lärche
https://www.blog.tirol/magazin/foraging-die-rezepte-aus-nauders/ https://www.waldwissen.net/de/lebensraum-wald/baeume-und-waldpflanzen/nadelbaeume/die-europaeische-laerche-baum-des-jahres-2012#c86107 https://www.baumkunde.de/Larix_decidua/
Rosskastanie
https://www.pollenwarndienst.at/allergie/steckbriefe/rosskastanie.html https://www.baumkunde.de/Aesculus_hippocastanum/ https://www.sonnentor.com/de-at/rezepte-tipps/tipps/waschmittel-aus-kastanien
Schwarzbeere
https://www.pflanzen-vielfalt.net/bäume-sträucher-a-z/heidelbeere/ https://www.pflanzen-lexikon.com/index.php?a=vaccinium-myrtillus&l=de https://wildemöhre.at/2019/08/14/heidelbeere-heilpflanze/
Rotbuche
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html http://www.biologie-schule.de/botanik.php https://www.baumlexikon.at https://www.smarticular.net/bucheckern-ernten-roesten-und-essen/
Linde
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html http://www.biologie-schule.de/botanik.php https://www.baumlexikon.at https://ballesworld.blog/lindenbluetentee/
Erle
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html http://www.biologie-schule.de/botanik.php https://www.baumlexikon.at https://blog.hochsoelden.at/blog/knospen-teil2/#:~:text=Basische%20Knospentinktur%20mit%20Schwarz%2D%20Erle&text=Man%20kann%20die%20Tinktur%20zur,kann%20die%20Tinktur%20angewendet%20werden.

Aronia | Schwarze Apfelbeere 2
Berberitze 4
Birke 6
Brombeere 8
Edelkastanie 10
Eiche 12
Erle 14
Esche 16
Feldulme 18
Fichte 20
Hagebutte 22
Himbeere 24
Holunder 26
Kornelkische 28
Lärche 30
Linde 32
Rostkastanie 34
Rotbuche 36
Sanddorn 38
Schlehdorn 40
Schwarzbeere 42
Tanne 44
Vogelbeere 46
Wacholder 48
Walderdbeere 50
Wildkirsche 52
Quellen 54

Birke
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://www.chefkoch.de/rezepte/3327121493989206/Birkenblaetter-Sirup.html
Esche
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://krautjunker.com/2017/07/23/die-esche-in-kueche-und-heilkunde/
Eiche
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://www.gartenjournal.net/eicheln
Edelkastanie
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://www.steirische-spezialitaeten.at/rezepte/kastaniensuppe-cremiges-geschmackserlebnis-maroni.html
Wilde Kirsche
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://www.gartennatur.com/eberesche-vogelbeere
https://www.mein-schoenes-land.de/rezepte/wildkirsch-likoer
Feldulme
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://www.pflanzenfreunde.com/heilpflanzen/feldulme.htm
Holunder
https://bfw.ac.at/700/2092_1.html
http://www.biologie-schule.de/botanik.php
https://www.baumlexikon.at
https://www.gutekueche.at/holundersirup-rezept-910

Berberitze

Berberis vulgaris

Lage

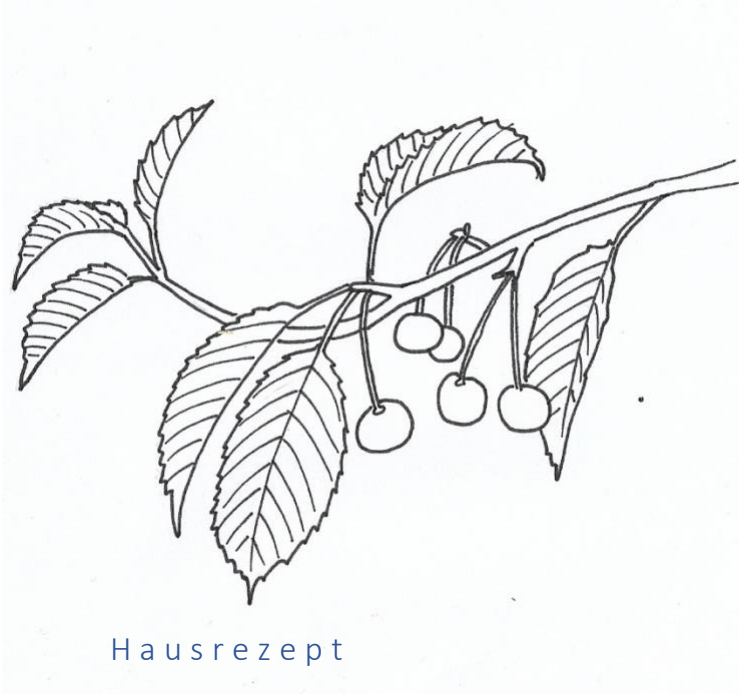
Die Berberitze ist bei ihrem Standort nicht besonders anspruchsvoll. Sie kommt auch mit trockenen, kalkreichen Böden zurecht. Aufgrund ihres dichten, flach ausgebreiteten und weitreichenden Wurzelsystems kann sie auch, sonst nur schwer bepflanzbare, Pionierstandorte bewachsen.

Verbreitung

Das natürliche Verbreitungsgebiet der Berberitze erstreckt sich von Süd-, West-, und Mitteleuropa bis nach Kleinasien und kann bis zu 2.500 Meter Höhen, meist an sonnigen Waldrändern, Hecken oder freistehenden Bäumen vorkommen.

Typische Merkmale

Die Berberitzen sind ca. 2,5 – 3 Meter hohe Sträucher. Die Blätter sind verkehrt-eiförmig bis länglich und bis zu 4 cm lang. Die Blattränder sind stachelig gezähnt und weisen im Herbst eine gelblich orangerote Färbung auf. Die Blüte erscheint im Mai/Juni. Eine biologische Besonderheit ist die leicht reizbaren Staubblätter, die bei geringfügiger Berührung nach innen zur Narbe schnellen. Die Früchte sind länglich-ovale, 8 – 12 mm lange leuchtend rote Beeren mit 2 bis 3 Samen und reifen ab September und sind essbar (Samen sollten nicht gegessen werden). Die Berberitze ist ein Zwischenwirt des Getreiderostes!
Achtung: Holz, Rinde und die gelbe Wurzel sind giftig!



Hausrezept

Likör:

1 kg Wild- Kirsche, 1½ Liter Wodka, ½ Liter Rotwein, 400 g Kandiszucker

Die Kirschen waschen, aber nicht entsteinen, sondern nur die Stiele entfernen. Die Kirschen zusammen mit Wodka und Rotwein, dem Kandis und 10 aufgeschlagenen Kirschkernen in das Ansatzgefäß geben. Den Ansatz 8–12 Wochen hell und warm stellen, filtern und in Flaschen füllen.

Quellen

Sanddorn
https://www.kob-bavendorf.de/Service/kulturbeschreibungen/wildfruechte-und-sonstige-obstarten/sanddorn
https://www.donauauen.at/nature/flora/bushes/sanddorn/177
https://www.sandicca.com/sanddorn/sanddorn-und-seine-herkunft/
https://www.vital.de/natuerlich-heilen/artikel/sanddorn
Schwarze Apfelbeere
https://www.aroniaaustria.at https://www.heilpraxisnet.de/heilpflanzen/apfelbeere-aronia-wirkung-und-anwendung#Anwendung_und_Dosierung
https://arenenberg.tg.ch/public/upload/assets/1259/Kulturblatt%20Aronia%202015.pdf
https://www.aronia-original.de/die-aroniapflanze
Kornelkirsche
https://www.mein-schoener-garten.de/pflanzen/hartriegel/kornelkirsche 2
https://www.pflanzen-vielfalt.net/b%C3%A4ume-str%C3%A4ucher-a-z/kornelkirsche/ 3
https://mundraub.org/blog/kornelkirsche-rezept 4 https://gesund.co.at/kornelkische-dirndl-25918/
Schlehdorn
https://www.donauauen.at/nature/flora/bushes/schlehdorn/178 2
https://www.zobodat.at/pdf/Pub-Ver-Regionale-Gehoelzvermehrung_7_0001.pdf 3
https://hausmittel.co/schlehdorn/
Berberitze
1 Pirc, H.; 2009: Wildobst und Obstarten im Hausgarten. – Leopold Stocker Verlag, S. 93 – 94 2 http://www.kraeuterabc.de/kraeuter/berberitze/ 3 https://so-gesund.com/berberitzen-gesund/
Himbeere
https://www.gartenjournal.net/himbeeren-standort 2 https://www.pflanzen-steckbriefe.de/straeucher/himbeere-steckbrief 3 https://www.pflanzen-lexikon.com/Box/Rubus_idaeus.html 4 https://www.transgen.de/lexikon-nutzpflanzen/1891.himbeere.html 5 Fauma, E. (2018): Hausmittel aus Kräutertopf und Garten: Heilpflanzen einfach selbst anbauen, S. 81
Walderdbeere
Quellen: 1 Pirc, H.; 2009: Wildobst und Obstarten im Hausgarten. – Leopold Stocker Verlag, S. 133 – 134 2 https://www.mein-schoener-garten.de/pflanzen/erdbeere/walderdbeeren 3
https://www.smarticular.net/walderdbeeren-zaehne-aufhellen-snack-aromatische-kuechenzutat/
Vogelbeere
1 Pirc, H.; 2009: Wildobst und Obstarten im Hausgarten. – Leopold Stocker Verlag, S. 21 – 24 2 https://www.pflanzen-lexikon.com/Box/Sorbus_aucuparia.html 3
http://www.kraeuterweisheiten.de/eberesche-sorbus-aucuparia.html
Hagebutte
1 https://www.hausgarten.net/pflanzen/rose/hagebutte-pflege.html 2
https://www.haz.de/Mehr/Garten/Uebersicht/Herbstfrucht-Das-kann-nur-die-Hagebutte-sein 3 https://www.pflanzen-lexikon.com/Box/Rosa_canina.html 4 http://www.biologie-schule.de/hagebutte.php 5https://www.kostbarenatur.net/rezepte/hagebutten-brotaufstrich-selber-machen/

Hausrezept

Früchtetee mit Aronia

1500 Gramm Äpfel, 750 Gramm Apfelbeeren und 750 Gramm Hagebutten. Äpfel und Hagebutten grob hacken und entkernen. Apfelbeeren anstechen und anschließend alles trocknen (Lufttrocknung oder im Ofen nicht höher als 80°C). Für die Zubereitung einer Tasse Früchtetee sollen zwei Teelöffel der Teemischung genommen werden und vor dem Absieden sollen die Früchte 15 Minuten lange ziehen lassen. Ein Tee mit Aronia soll angeblich bei Krankheiten der Harnwege behilflich sein (z.B. Blasenentzündung).

Birke

Betula

Lage

Die Birke kommt vor allem auf lockeren, lichten Rohböden vor. Zu finden ist sie auf Sandfluren, Schlägen und Waldrändern.

Verbreitung

Die Lichtbaumart bzw. Pionierbaumart ist fast überall in Europa zu finden. Sie ist aber auch in Asien und Nordamerika zu finden.

Hausrezept

Walderdbeeren-Maske

100 g Walderdbeeren pürieren und auf das Gesicht auftragen. Die Maske ca. 15 Minuten einwirken lassen und dann mit warmem Wasser abspülen. Die Maske soll angeblich Abhilfe bei leichtem Sonnenbrand und Akne verschaffen.

Leichte Aufhellung der Zähne

Hierzu werden ein paar Erdbeeren zerquetscht und damit sanft die Zähne eingerieben. Dies sollte eine leichte Bleichung bewirken, jedoch sollte es nicht zu oft gemacht werden, aufgrund des hohen Säuregehaltes der Erdbeeren. Außerdem sollte man sich danach nicht sofort die Zähne putzen, sondern mindestens eine halbe Stunde warten

wilde Kirsche | Wildkirsche

(wilde) Vogelkirsche

Prunus avium

Lage:

Die Lichtbaumart findet man in Laubmischwäldern, Hecken, an Waldrändern von der Ebene bis in Gebirgslagen. Sie bevorzugt mittel bis tiefgründige, nährstoffreiche, lehmige Böden.

Verbreitung:

Die wärmeliebende Pflanze ist in ganz Europa verbreitet.

Typische Merkmale:

Die Vogelkirsche ist ein sommergrüner Laubbaum, welcher bis zu 30m hoch wird. Sie hat eine kugelige, gewölbte Krone und elliptisch, gesägte, meist runzelige Blätter. Die Früchte sind kugelig, schwarzrote sowie bittersüß schmeckende Kirschen.

Herkunft:

Ursprünglich stammt die Wildkirsche, aus Asien.

Herkunft

Aufgrund der Tatsache, dass die Berberitze ein Zwischenwirt für den Getreiderost ist wurde sie fast ausgerottet, was es schwierig macht das ursprüngliche Herkunftsgebiet zu rekonstruieren.

Hausrezept:

Berberitzenmarmelade

500 g Berberitzen, 150 g Zucker oder 300 g Akazienhonig
Berberitzen waschen und gut abtropfen lassen. Die Früchte haben im Inneren zwei größere Kerne. Wer das nicht in der Marmelade mag, kann sie durch ein Sieb passieren. Die so gewonnene Sauce oder die Berberitzen mit dem Zucker / dem Honig mischen und längere Zeit ziehen lassen. Anschließend in einem Topf bei mittlerer und hoher Temperatur bis zu einem dickflüssigen Brei einkochen. Wenn die Berberitzen-marmelade über eine subjektiv ideale Konsistenz verfügt, den Topf vom Herd nehmen und die Marmelade in die bereitstehenden Gläser füllen. Jedes Glas sofort fest verschließen und abkühlen lassen.

Brombeere

Rubus fruticosus

Lage

Die Brombeere ist nur mäßig frosthart und bevorzugt sonnige bis halbschattige Standorte in Gebieten mit milden Wintern. Der Boden sollte mäßig nährstoffreich, kalkhaltig bis leicht sauer sein.

Verbreitung

Brombeeren sind auf der nördlichen Halbkugel in zahlreichen Formen zu finden und wachsen auf Kahlschlägen, an Waldrändern und auf Schutthalden vom Flachland bis in Höhenlagen von bis zu 1.700 Meter Seehöhe.

Typische Merkmale

Die wilde Brombeere kann bis zu 3 Meter breit bzw. hoch werden. Im ersten Vegetationsjahr werden Triebe ohne Blüten gebildet und erst im zweitem Vegetationsjahr entwickeln sich an den Trieben Blüten. Danach sterben die Triebe ab. Die Blätter sind an der Oberseite glänzend und mattgrün, an der Unterseite graugrün bis weißfilzig. Die Beeren sind meistens schwarz glänzende Sammelsteinfrüchte, die von August bis Oktober reif sind. Sie sind saftig, schmecken gut und enthalten Provitamin A, Vitamin C, B1, E, K, Fruchtzucker, -säuren, Mineralstoffe, Pektine und Flavone.

Herkunft

Die Herkunft der Brombeere ist Europa, Vorderasien, Nordafrika und Nordamerika.

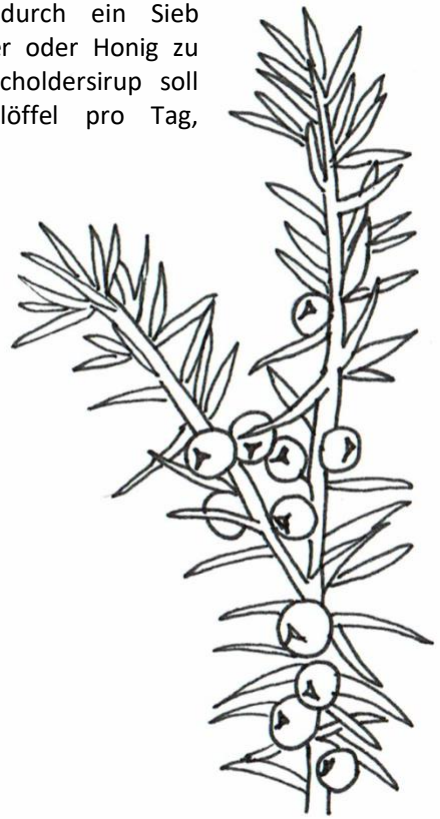
Hausmittel

Abwehr von Mücken

Das ätherische Öl im Wacholder soll Mücken auf Abstand halten. Dazu getrocknete Wacholderzweige auf eine Duftlampe geben und das Teelicht anzünden.

Sirup

100g frische oder getrocknete Wacholderbeeren zerquetschen und mit 400ml kochendem Wasser übergießen. Über Nacht bedeckt ziehen lassen. Am nächsten Tag aufkochen und durch ein Sieb passieren. Erneut mit 300g Zucker oder Honig zu einem Sirup aufkochen. Der Wacholdersirup soll Husten lindern (Kinder 2 Teelöffel pro Tag, Erwachsene 4).



Walderdbeere

Fragaria vesca

Lage

Die Walderdbeere benötigt für ihr Wachstum einen sonnigen Standort mit feucht bis mäßig trockene Böden, die nährstoffreich und etwas lehmig sein sollten. Sie kann unter anderem auch an sonnigen Gehölzrändern, an Wegen oder auf Böschungen gefunden werden.

Verbreitung

Zu finden ist die Walderdbeere in ganz Europa und Nordasien.

Typische Merkmale

Die Erdbeerpflanze ist 5-20 cm hoch und hat dreizählige Blätter mit gezähnten Blatträndern. Ihre Vermehrung geschieht durch zahlreiche lange Ausläufer. Die Blüten sind fünfzählig, weiß und es befinden sich meistens 3-10 auf einem aufrechten Stiel. Die Frucht ist eine Sammelnussfrucht. Die Früchte sind 1-2 cm groß und rot und werden im Juni/Juli reif. Wertvolle Inhaltstoffe, wie Mineralstoffe, Fruchtsäuren, lösliche Kohlenhydrate und Vitamin C sind in der Walderdbeere enthalten.

Herkunft

Die Walderdbeere ist, entgegen der häufigen Annahme, nicht die Wildform der Garten- oder Kulturerdbeere, deren Vorfahren auf dem amerikanischen Kontinent zu finden sind, sondern sie hat ihr natürliches Verbreitungsgebiet in Europa und Nordasien.

Typische Merkmale

Der sommergrüne Laubbaum wird bis zu 20m hoch. Sie besitzt eine rundliche, gewölbte oder unregelmäßige Krone und rautenförmige bis dreieckige, doppelgesägte, unbehaarte Blätter. Ebenso verfügt sie über kleine braun bis gelbe, geflügelte Nussfrüchte.

Herkunft

Es handelt sich bei der Birke um einen Erstbesiedler. Nach der letzten Eiszeit besiedelte der Laubbaum große Sandgebiete.

Hausrezept

Sirup:

4 Handvoll Blätter (Birkenblätter), 1 kg Zucker, 1 ⅛ Liter Wasser, Saft von 1 Zitrone.

Die Birkenblätter waschen, abtropfen lassen und mit dem Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Alles ca. 5 Min. leicht köcheln lassen. Abseihen und den Sud auffangen. Den Sud mit der gleichen Menge Zucker, also 1:1, wieder in den Topf geben und aufkochen. Wieder 5 Min. leicht köcheln lassen und entweder in 5 Fläschchen oder Gläser mit einem Fassungsvermögen von 225 ml abfüllen und diese sofort verschießen. Diesen Sirup kann man entweder 1:4 mit Mineralwasser mischen, in den Tee geben oder auch auf Pfannkuchen träufeln.

Edelkastanie

Castanea sativa

Lage:

Die Edelkastanie bevorzugt einen sandigen und lehmigen Boden. Außerdem verlangt sie ein mildes, luftfeuchtes „Rebenklima“ und ist empfindlich gegen Früh- und Spätfröste.

Verbreitung:

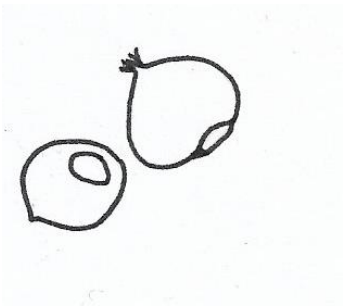
Die Edelkastanie ist eine Baumart der Mittelmeerländer und ist in Nordamerika, Europa, Asien und insbesondere in China vorzufinden.

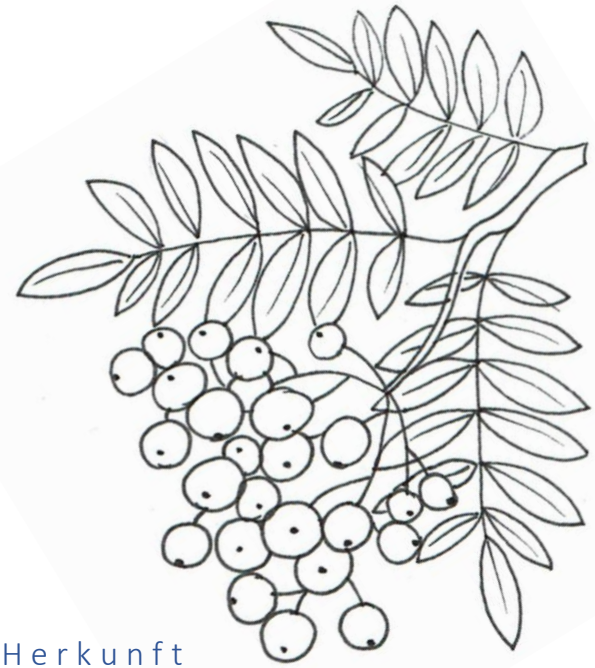
Typische Merkmale:

Der mittelgroße Baum besitzt eine gleichmäßig dicke und breite Krone. Die Blätter sind groß, fingerförmig sowie gezähnt. Ebenso verfügt die Edelkastanie über kugelige, braun glänzende, stachelige Früchte, auch Kastanie genannt.

Herkunft:

Die Edelkastanie stammt ursprünglich aus Südeuropa und dem Balkan. Sie wurde durch die Römer, welche sie überall in den neu eroberten Gebieten kultivierten, in Europa verbreitet.





Herkunft

Die Vogelbeere hat ihren Ursprung in Europa, Westsibirien und Asien.

Hausrezept

Gurgellösung

Eine Hand voll frische oder getrocknete Vogelbeeren in einem halben Liter Wasser eine Stunde leicht sieden lassen. Mit dem Absud dreimal täglich gurgeln. Dies soll angeblich bei Husten und Heiserkeit helfen.

Mus aus Vogelbeeren

500 Gramm frische Vogelbeeren und 500 Gramm klein geschnittene Äpfel mit einer Zimtstange und einer Prise Kardamom in 300 ml Wasser weichkochen, pürieren und mit 250 Gramm Honig abschmecken. Das Mus soll angeblich gegen Appetitlosigkeit und Magenverstimmungen helfen.

Wacholder

Juniperus communis

Lage

Wacholder ist im Gegensatz zu klassischen Baumarten ein Gewächs, welches volle Sonne bevorzugt. Es handelt sich um ein konkurrenzstarkes Gehölz, welches an Felshängen oder ähnlichen Extremstandorten gedeiht. Auch dort, wo Weidetiere sind wächst der Wacholder gerne.

Verbreitung

Der Wacholder ist in Österreich in allen Bundesländern vorzufinden.

Typische Merkmale

Es handelt sich um ein immergrünes, meist strauchhohes Gehölz, welches oft in Trockengegenden wächst. Dabei kann dieser bis zu 600 Jahre alt werden und erreicht in seltenen Fällen sogar eine Höhe von rund 12 Metern. Die 1 bis 2 cm langen sehr spitzen Nadeln schützen vor Fressschäden. Die Beeren, welche sich im Herbst schwarzblau färben, werden zur Herstellung von Gin benötigt und eignen sich auch in der Küche als heimisches Gewürz.

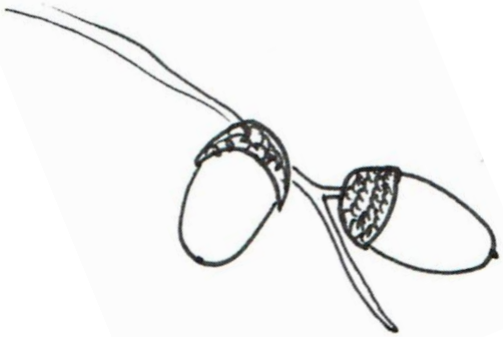
Herkunft

Seinen Ursprung hat der Wacholderstrauch in den gemäßigten Breiten Asiens und Europas.

Hausrezept:

Brombeerblätter-Tee

1,5 Gramm getrocknete Brombeerblätter (fein geschnitten) mit kochendem Wasser übergießen. 10 -15 Minuten ziehen lassen und anschließend trinken. Dies soll angeblich bei leichtem Durchfall und zum Gurgeln bei entzündeten Schleimhäuten helfen.



Eiche

Quercus

Lage:

Die Eiche findet man an Standorten mit kargen und sandigen Böden, sowie in Lagen bis zu 1500m Seehöhe.

Verbreitung:

Die Eiche ist in allen Erdteilen der nördliche Halbkugel vorzufinden.

Typische Merkmale:

Der sommergrüne, stattliche Laubbaum wird bis zu 40m hoch. Er besitzt saftgrüne längsgeschnittene Blätter mit 2 bis 5 Einkerbungen im Blattprofil.

Herkunft:

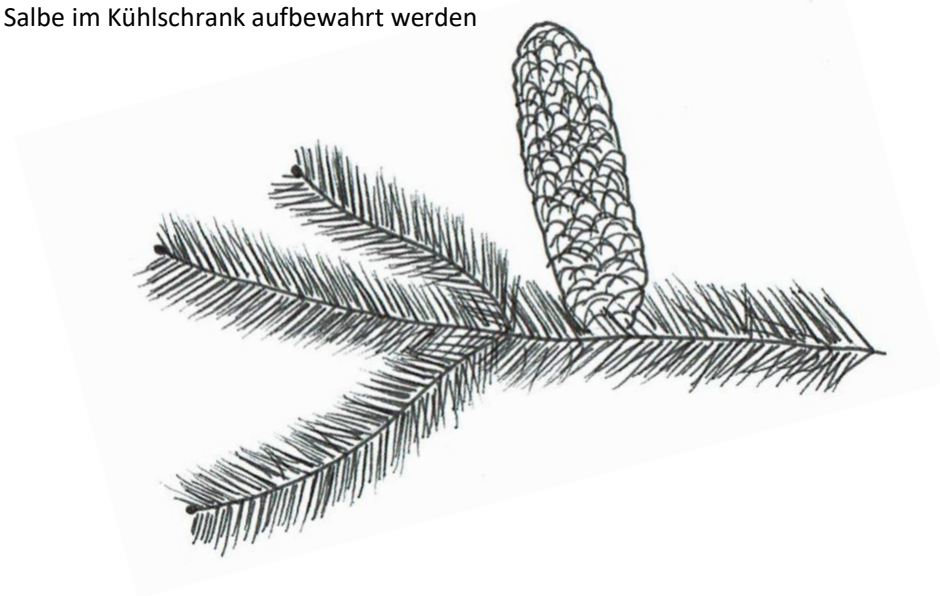
Die Eiche hat ihren Uhrsprung in der nördlichen Hemisphäre. In Nordamerika liegt jedoch der Schwerpunkt der Eichenartenvielfalt.

ursprüngliche Vorkommen dieser Tannenbäume liegt je nach Art in Osteuropa (Georgien, Kaukasus, Russland), Korea, Nordamerika, Spanien, Marokko und Vorderasien (Aserbaidschan, Türkei).

Hausrezept

Tannen-Salbe

Aufgrund der angeblichen Wirkung der Tanne empfahl schon Hildegard von Bingen eine Tannensalbe gegen Kopfschmerzen. Man benötigt: 50 g Tannenrinde und -nadeln, wenn möglich auch etwas Tannenholz, 25 g Salbeiblätter, 250 ml Wasser, 75 g Butter oder Kokosöl. Die Tannennadeln, Holz, Rinde und Salbeiblätter klein hacken, mit dem Wasser köcheln lassen, bis ein dicker Brei entstanden ist, unter ständigem Rühren die Butter (oder Kokosöl) hinzugeben und wenn sich eine gute Konsistenz ergeben hat, die Flüssigkeit durch ein Tuch filtern, in Salbentiegel abfüllen und abkühlen lassen. Die Salbe wird mehrmals täglich zunächst auf die Herzgegend und anschließend auf Stirn und Schläfen aufgetragen und einmassiert. Zur längeren Haltbarkeit muss die Salbe im Kühlschrank aufbewahrt werden



Vogelbeere

Sorbus aucuparia

Lage

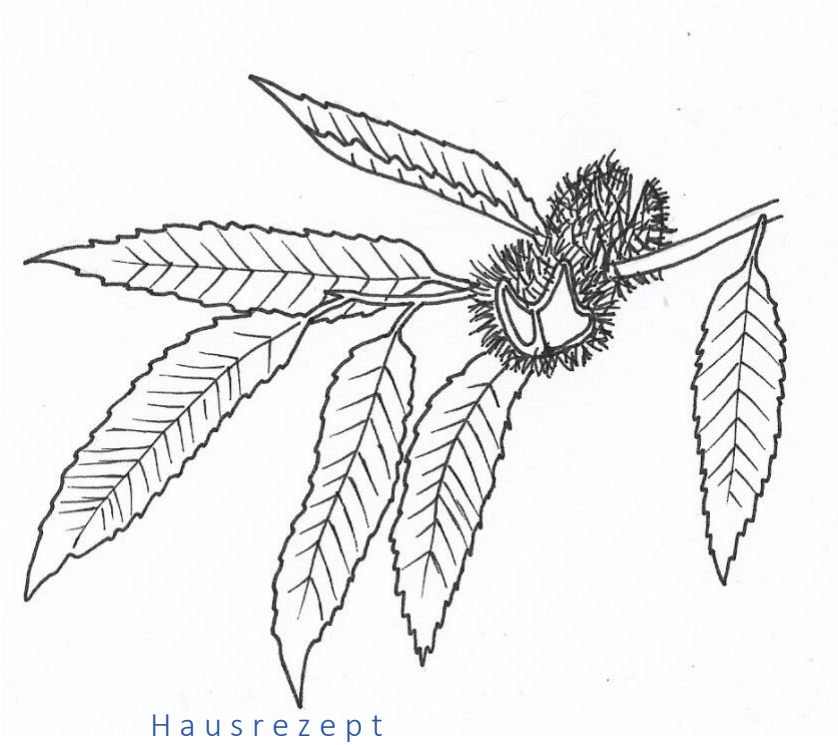
Die Vogelbeere bevorzugt frische bis feuchte, mäßig nährstoffreiche, leicht saure bis kalkhaltige Böden und meidet, da sie ein Flachwurzler ist, flachgründige Böden. Der Baum ist frosthart und wächst an sonnigen bis halbschattigen Standorten, jedoch reagiert er empfindliche auf Trockenheit und Hitze.

Verbreitung

Die Vogelbeere, häufig auch Eberesche genannt, ist im gesamten europäischen Raum verbreitet und kann im Gebirge bis in 2.400 Meter Höhe vorkommen (nur mehr strauchförmig). Sie kommt auch in Kleinasien und Westsibirien vor und ist häufig in Hausgärten, auf Böschungen oder als Straßenbaum zur Dorfbegrünung zu finden.

Typische Merkmale

Die Vogelbeere wächst zu einem kleinen bis mittelgroßen Baum von 6-12 Meter heran und hat eine relativ lockere, schmale Krone. Erwähnenswert ist die prächtige orange bis leuchtendrote Herbstfärbung der Blätter. Die Frucht ist kugelig, 0,8-1 cm groß, orangefarben bis scharlachrot und wird in großer Anzahl in Trugdolden gebildet. Die Fruchtreife ist im Oktober. Die in der Frucht enthaltene Inhaltsstoffe sind viel Vitamin C, Provitamin A, ätherische Öle, Anthocyane und viele mehr. Außerdem enthält sie Parasorbinsäure, die den herben, adstringierenden Geschmack verursacht, was die Früchte für den Rohgenuss ausschließt.



Hausrezept

Suppe

450g gekochte und geschälte Kastanien, 2 Schalotten oder 1 Zwiebel, 1 EL Butter, 100 ml Weißwein, 500 ml Rindsuppe, 200 ml Schlagobers, Muskatnuss, Salz, Pfeffer, Prise Zimt, Schnittlauchröllchen

Für dieses Rezept die Zwiebel oder Schalotten klein schneiden. Die vorgekochten und geschälten Kastanien eventuell halbieren. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Maroni darin anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Mit Rindsuppe und dem Schlagobers aufgießen und die Kastaniensuppe ca. 10-15 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen. Die Maronisuppe mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenen Muskatnuss abschmecken und noch etwas am Herd nachziehen lassen. Die Kastaniensuppe auf Tellern anrichten und mit einer Prise Zimt bestreuen. Mit Schnittlauchröllchen garniert servieren.

Erle

Alnus

Lage

Die Erle ist eine Lichtbaumart, welche ein dauerfeuchtes und sumpfiges Gebiet bevorzugt.

Verbreitung

Die Erle ist hauptsächlich auf der Nordhalbkugel in gemäßigten Klimazonen insbesondere in Europa, Asien, Nordamerika und Südamerika zu finden.

Typische Merkmale

Der sommergrüne Laubbaum, welcher bis zu 40m hoch werden kann, besitzt eine breite, rundlich gewölbte Krone. Die Blätter sind in der Farbe saftgrün und haben eine eiförmige Form. Die Erle ist auch mit kleinen Nüsschen bestückt.

Herkunft

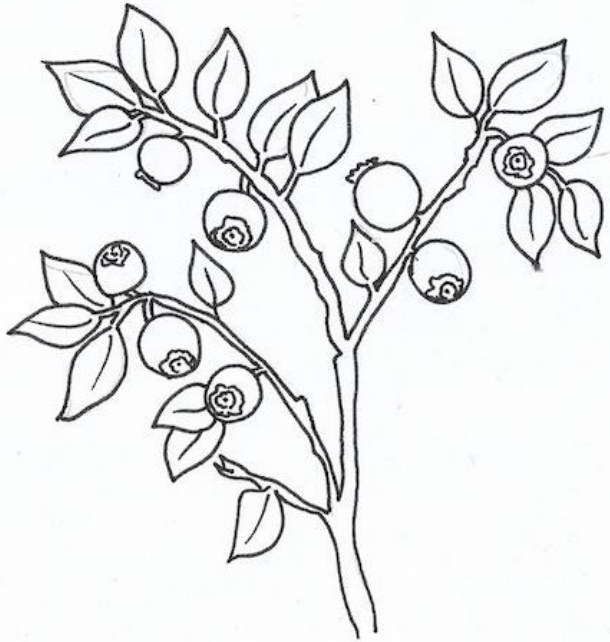
Die Erle ist ein einheimischer Baum aus Europa.

Herkunft

Die Schwarzbeere stammt ursprünglich aus Nordamerika.

Hausmittel

Getrocknete Schwarzbeeren sollen angeblich gegen Durchfall helfen. Die blaufleischige Schwarzbeere wird dazu getrocknet und in einem Schraubglas aufbewahrt. Bei Bedarf werden die getrockneten Früchte gekaut. Sie sollen entzündungshemmend und beruhigend für Magen und Darm sein.
Frische Früchte sollen bei Verstopfungen helfen.



(Weiß-)Tanne

Abies (alba)

Lage

Zu finden ist die Tanne ausschließlich auf der Nordhalbkugel. Sie bevorzugt ein gemäßigtes, kühles Klima mit ausreichender Luftfeuchtigkeit. Auf tiefgründigen, nährstoffreichen und lockern Böden kann sie im Alter von 100 Jahren Höhen bis 40 Meter und einen durchschnittlichen Gesamtzuwachs bis zirka 18 Vorratsfestmetern erreichen.

Verbreitung

Die Weißtanne ist die einzige heimische Tanne in Österreich und findet sich zudem noch in Deutschland und der Schweiz wieder. In Österreich, wo der Waldanteil fast 50 % der Landesfläche beträgt, hat sie ein Vorkommen von 2,4 % in den österreichischen Wäldern.

Typische Merkmale

Die Borke ist in jungen Jahren glatt und gräulich, später teilt sie sich in kleine bräunlich-gräuliche Platten. Charakteristisch sind die grünen Nadeln. Da sie der Fichte sehr ähnelt, hilft zum Erkennen dieser Spruch: Die Fichte sticht, die Tanne nicht. Die Zapfen stehen charakteristisch aufrecht an den Ästen nach oben. Nach der Samenreife zwischen September und Oktober fallen die Samenschuppen ab und die Zapfenspindel kann noch einige Jahre am Baum stehen bleiben.

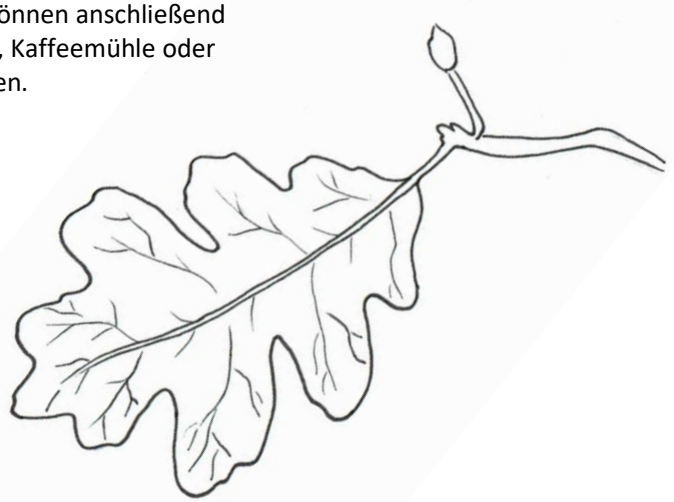
Herkunft

Der immergrüne Nadelbaum hat sein natürliches Vorkommen in der nördlichen, gemäßigten Hemisphäre und weltweit gibt es 46 Arten. Das

Hausrezept

Snack

Eicheln ausbreiten auf einem Backblech und im Backofen bei 150° 20 Minuten lang rösten. Geröstete Eicheln schälen und in Stoffbeutel oder Wäschenetz füllen. Anschließend den Beutel für 4 Tage in einen Eimer mit Wasser tauchen. Dabei das Wasser täglich wechseln, bis es klar bleibt. Die entgifteten Eicheln im Ofen bei 100° auf einem Backblech trocknen und nach dem Trocknen.
Die getrockneten Eicheln können anschließend für das Mehl in Fleischwolf, Kaffeemühle oder Mixer fein gemahlen werden.



Esche

Fraxinus excelsior

Lage:

Die Esche bevorzugt frische bis feuchte, tiefgründige und nährstoffreiche vor allem kalkhaltige Böden. Meist ist sie entlang von Flüssen und Bächen, aber auch auf flachgründigen Kalkstandorten zu finden.

Verbreitung:

Die Habschattenbaumart ist in ganz Europa, vor allem in Ebenen und mittleren Berglagen verbreitet.

Verbreitung

Der Schlehdorn ist in fast ganz Europa zu finden, bis auf den äußersten Norden und auf Island. In Österreich kommt er in allen Bundesländern vor. In Nordamerika ist die Art verwildert und kommt heute in Kanada und im Nordosten der USA vor.

Typische Merkmale

Beim Schlehdorn handelt es sich um einen langsam wachsenden, sparrig verzweigten, maximal 6 Meter hohen Strauch, dessen Äste in zahlreichen, fast rechtwinklig abstehenden Kurztriebdornen endet. Die buschig angeordneten Blätter sind weich, von elliptischer Gestalt, maximal 5 cm lang und bis 2,5 cm breit, oberseits dunkelgrün und kahl, unterseits blassgrün. Die Blüte ist schneeweiß und dauert von März bis Mai. Die Früchte haben eine Größe von 1-1,5 cm, stehen allseitig ab und sind dunkelblau und kugelig. Das Fruchtfleisch enthält viel Vitamin C.

Herkunft

Der Ursprung des Schlehdorns ist der vorderasiatisch-kaukasische Raum.

Hausrezept

Teeaufguss aus Schlehdornblüten

Es werden zwei Handvoll getrockneter Schlehdornblüten genommen und mit 250 ml aufgekochtem, anschließend leicht abgekühltem Wasser übergießen. Das Wasser sollte nicht heißer als 70° C sein. Für die Teezubereitung mit frischen Blüten soll die Menge an Blüten verdoppelt werden. Der Tee aus der Blüte soll leicht abführend, blutreinigend wirken, die Blasen- und Nierenfunktion unterstützen und kann angeblich bei Gicht und Rheuma hilfreich sein. Ebenso kann der Tee bei Husten empfohlen werden.

Schwarzbeere

Accinium myrtillus

Lage

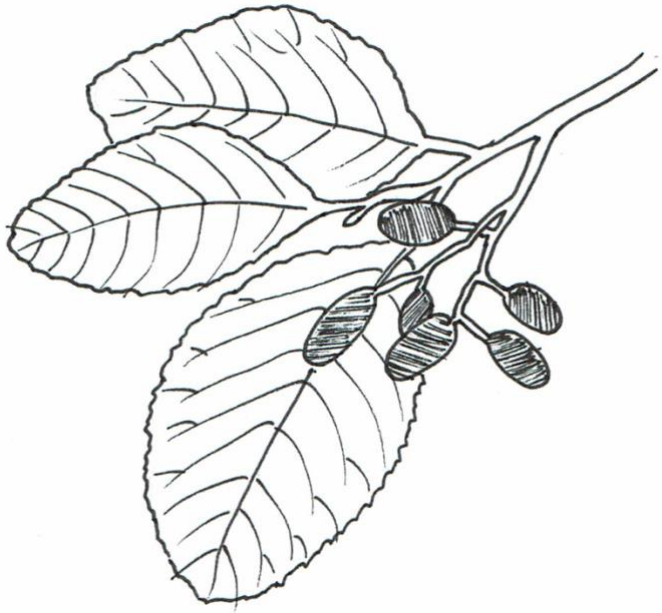
Die Schwarzbeere wächst auf sauren, torfigen Böden und gedeiht vereinzelt bis zu einer Höhe von rund 2500m. Die sommergrüne Halbschattenpflanze wächst bevorzugt in Laub- und Nadelwäldern – besonders in Kiefernwäldern und Gebirgs- Fichtenwäldern.

Verbreitung

Verbreitet ist sie auf der nördlichen Halbkugel von der Arktis bis in die Mittelmeerländer.

Typische Merkmale

Arttypisch für die Schwarzbeere sind die scharfkantigen, sommergrünen Zweige, die 1 bis 3cm langen eiförmigen, spitz auslaufenden Blätter und die blauschwarzen Beeren mit blaurotem Fruchtfleisch. Dabei kann eine Wuchshöhe von rund 50cm und ein Alter von bis zu 30 Jahren erreicht werden.



Hausrezept

Tinktur

3 junge Schwarz-Erlen-Triebspitzen mit Knospen, Kätzchen oder jungen Blättern, 200ml Quellwasser, 3 EL Natron

Pflanzenteile mit einem Messer zerkleinern, in eine Flasche geben und mit Wasser und Natron übergießen. Gut umrühren, Flasche verschließen und etwa einen Monat stehen lassen. Zwischendurch immer mal wieder schütteln. Tinktur filtrieren und in eine Flasche füllen.

Feldulme

Ulmus laevis

Lage:

Die Halbschattenbaumart ist auf mäßig trocken bis feucht und nährstoffreichen Böden zu finden. Die Feldulme ist ein Baum der Ebene und Flusstäler und kommt oft in Laubwäldern und Gebüschen vor.

Verbreitung:

Die Feldulme ist in ganz Europa, außer im Norden und Nordosten verbreitet.

Typische Merkmale:

Die Feldulme ist ein sommergrüner Laubbaum, der bis zu 30m hoch wird. Die Krone ist hochgewölbt und schmal. Die Blätter haben eine dunkelgrüne bis leicht bräunliche Farbe, sind verkahlend und glänzend. Die Nussfrüchte haben eine elliptische Form.

Herkunft:

Sie kommt ursprünglich aus Westeuropa und Nordafrika.

Typische Merkmale

Der Sanddorn bildet bis zu 4 Meter hohe Sträucher oder bis zu 6 Meter hohe Bäume. Die Früchte sind sphärisch-elliptisch, orange-gelb bis rotfarben und mit kurzen Stängeln. Sanddornpflanzen sind zweihäusig, d.h. es gibt nur rein weibliche oder rein männliche Pflanzen. Charakteristisch sind die dornenreichen, grau-braunen, sperrigen Äste und das silbergraue, schmale Laub. Der Sanddorn ist bekannt für seinen hohen Vitamin C Gehalt.

Herkunft

Der Sanddorn kommt ursprünglich aus dem heutigen Neapel. Von dort aus gelangte es nach fast ganz Asien und Europa.

Hausrezept

Mus

Eine Handvoll frische Beeren mit einem Pürierstab zerkleinern. Langsam eine Teelöffel Honig darunter mixen. Die Konsistenz soll pastös werden. Das Mus soll gegen entzündetes Zahnfleisch, eingerissene Mundwinkel und Lippenherpes im Anfangsstadium helfen.

Creme

Eine Handvoll frische, gewaschene Beeren mit dem Pürierstab zerkleinern. 15 g Sesam- oder Calendulaöl mit 4 g Bienenwachs auf etwa 65 Grad erhitzen. Unter ständigem Rühren 60 ml abgekochtes, ebenso heißes Wasser hinzufügen. Danach das Beerenpüree dazugeben und so lange rühren, bis die Konsistenz cremig wird. Damit die Haut einreiben. Dies soll bei gereizter Allergie-Haut helfen.

Schlehdorn

Prunus spinosa

Lage

Der Schlehdorn bevorzugt nährstoffreiche, basische, humose oder trockene, gut durchlüftete Böden in sonniger Lage. Er wächst in lichten Laubwäldern, an Waldrändern, auf Trockenhängen, in Hecken und Gebüschen sowie in trockenen Flussauen. Er ist hinsichtlich der Bodenfeuchte sehr anpassungsfähig und vom Tiefland bis in Höhen von 1400 Meter anzutreffen.

Typische Merkmale

Der sommergrüne Laubbaum wird bis zu 40m hoch. Die gefiederten Blätter weisen eine symmetrischen Struktur auf. Sie besitzt zahlreiche spitze Flügelfrüchte.

Herkunft

Die Esche stammt aus dem nördlichen Alpenvorland - in Polen und im Baltikum.

Hausrezept

Eschen-Elixier

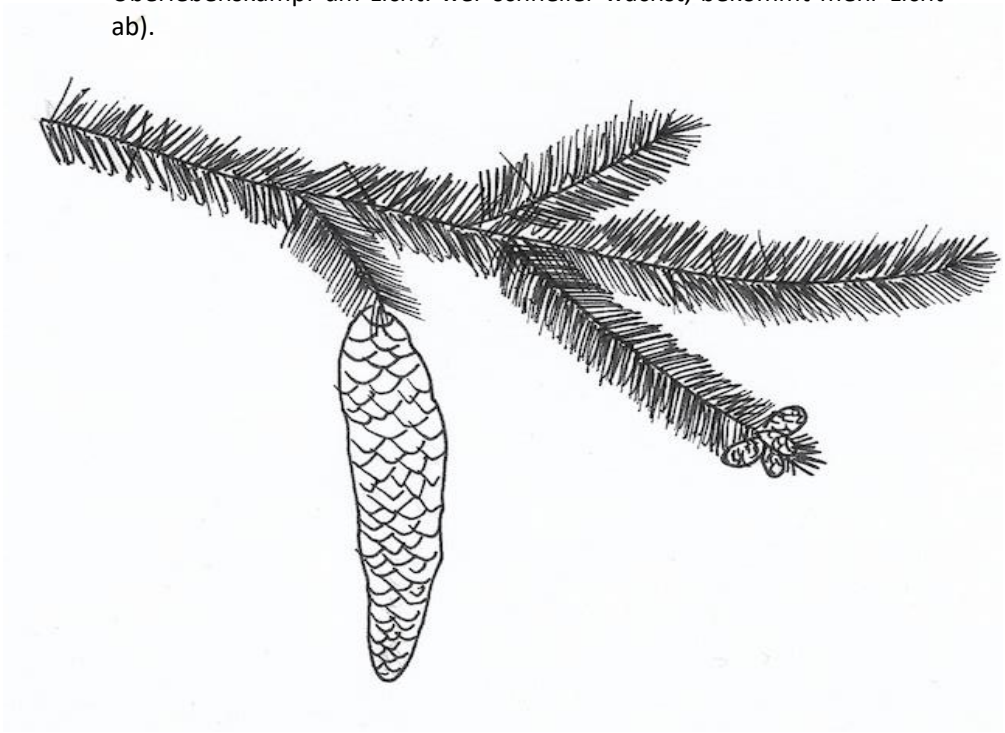
Dafür 1-2 Handvoll verlesene, junge Eschenblätter (nach Wunsch auch junge Triebspitzen, ganz junge und noch sehr weiche Früchte) mit 1 l halbtrockenem Weiß- oder Roséwein aufsetzen. Die Flüssigkeit an einem dunkeln, kühlen Ort eine Woche ziehen lassen, dann abfiltern und kühl lagern. Das Elixier eignet sich sehr gut als Aperitif, pur oder mit Mineralwasser bzw. Sekt aufgegossen. Es kann auch noch meinem Spritzer Kirsch- oder Holundersaft verfeinert werden.

(Gemeine) Fichte

Picea abies

Lage

Die Bodenansprüche von Fichten sind nicht allzu hoch. Sie bevorzugen gut durchlüftete, nicht zu trockene Böden. An Kälte und Schnee im Winter sind sie gut angepasst, an trockene, an heiße Sommer dagegen nicht. Fichten vertragen Halbschatten, wobei sie bei dichtem Wuchs/viel Schatten in den entsprechenden Bereichen ihre Nadeln verlieren (was andererseits schnelleres Wachstum begünstigt: es ist ein Überlebenskampf um Licht: wer schneller wächst, bekommt mehr Licht ab).



Hausrezept

Bucheckern Brot

250 g gemahlene Bucheckern, 250 g Mehl, 250 ml Milch, 125 g Zucker, 1 TL Backpulver

Backofen auf 190 °C vorheizen, ofenfeste Form mit Öl auspinseln und mit Semmelbrösel bestreuen. Bucheckern, Mehl, Backpulver und Zucker vermischen und mit Milch zu einem festen Nussteig verrühren. Den Teig in die Form geben und etwa 45 Minuten backen.

Sanddorn

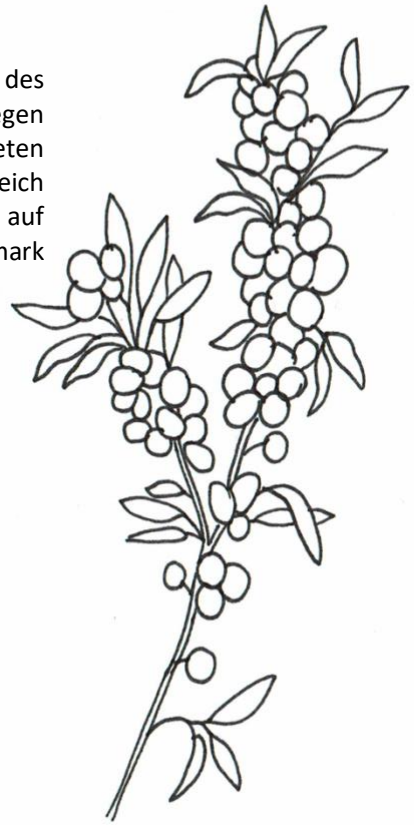
Hippophae rhamnoides

Lage

Der Sanddorn hat keine besonders hohen Ansprüche. Er hat einen hohen Lichtbedarf, ist gut trockenheitsverträglich und sehr frosthart. Er liebt lockere und luftige, eher nährstoffarme Böden mit hohem Kalkgehalt.

Verbreitung

Das Verbreitungsgebiet des Sanddornes ist sehr groß, weswegen seine Wildformen in vielen Gebieten der Welt vorkommen. In Österreich ist er in jedem Bundesland, bis auf das Burgenland und die Steiermark zu finden.



Hausrezept

Tinktur

Nehmen Sie dazu ein Glas mit Deckel, das Sie gut verschließen können. Geben Sie in dieses Glas die Ulmenrinde und übergießen Sie diese mit Alkohol, am besten einem starken Korn oder Wodka. Dies sollte man dann bis zu sechs Wochen stehen lassen. Danach wird abgesiebt und die Tinktur in eine lichtsichere Flasche umgefüllt. Diese Tinktur kann eingenommen werden - bis zu 50 Tropfen am Tag. Wem sie zu stark geworden ist, der kann sie auch mit Wasser verdünnen.

Hagebutte

Als Hagebutte bezeichnet man die Früchte, die an verschiedenen Rosen-Arten wachsen. Einige Wildrosenarten:

· Hundsrose (Rosa canina)
· Kartoffelrose (Rosa rugosa)
· Gebirgsrose (Rosa pendulina)
· Wein-Rose (Rosa rubiginisa)

Lage

Die Hagebutte kann an einem luftigen, sonnigen oder halbschattigen Standort vorkommen und hat keine hohen Ansprüche an den Boden, bis auf, dass sie stickstoffhaltige Böden meidet. Die Hagebutte mag keine Staunässe und Trockenheit.

Verbreitung

Die Hundsrose, wie die Hagebutte auch genannt wird, ist vielerorts an Wegränder und Böschungen zu finden. Sie ist ein Pioniergehölz und kommt in fast ganz Europa, Asien und Nordamerika vor.

Typische Merkmale

Die Hagebutte wird als mehrjähriger Strauch bis zu 2 Meter hoch. Die kräftigen Zweige unterhalb der Blätter mit 7- 10 mm langen Stacheln besetzt. Die Blüten sind weiß bis rosa und stehen in Doldenrispen. Die Früchte (Hagebutten) erscheinen im Herbst in einem kräftigen Rot.

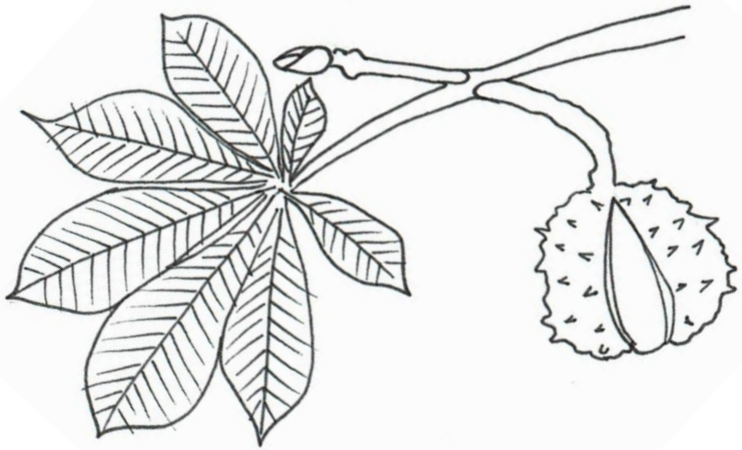
Herkunft

Die Wildrose stammt ursprünglich aus Europa und Asien

Hausrezept

Kastanien- Flüssigwaschmittel

5- 10 frische Kastanien, 1 Liter lauwarmes Wasser, ein mittelgroßes Schraubglas.
Kastanien gründlich waschen. Danach werden die braunen Samen zerkleinert (Messer oder Hammer) – je kleiner die Stücker, desto besser lösen sich die Seifenstoffe. Anschließend die Kastanienstücke in das Schraubglas geben und mit lauwarmem Wasser aufgießen. Das Ganze einige Stunden ziehen lassen und dann durch ein Sieb abseihen und beim Waschgang in die Waschtrommel gießen. Es können Temperaturen zwischen 30 und 60°C gewählt werden.
Das Waschmittel ist 2 bis 3 Tage im Kühlschrank haltbar.
Möchte man einen Vorrat anlegen, schneidet man eine größere Menge der Kastanien und lässt diese Lufttrocknen. Diese können dann



Rotbuche

Fagus sylvatica

Lage

Die Rotbuche findet man in der Ebene und im Mittelgebirge. Er bevorzugt frische, nährstoffreiche vor allem kalkreiche Böden in sommerkühlen Lagen, bis etwa 1500m Seehöhe.

Verbreitung

Die Verbreitung der Schattenbaumart ist durch gemäßigtes, subatlantisches bis submediterranes Klima geprägt. Größenteils verbreitet sich die Buche in Mitteleuropa. Sie ist auch in den montanen Lagen des Gebirges in Südeuropa zu finden.

Typische Merkmale

Die Rotbuche ist ein sommergrüner Laubbaum, welcher bis zu 35m hoch wird. Er hat eine breite kuppelförmige, gewölbte Krone mit länglich zugespitzte, von den Trieben abstehende Knospen. Die Blätter sind dunkelgrün und haben eine elliptisch bis eiförmig zugespitzte, gewellte Form. Die Nussfrüchte, welche die Rotbuche besitzt, werden auch Bucheckern genannt.

Herkunft

Sie gilt als Anzeiger für ein atlantisches Klima und kommt ursprünglich aus Mitteleuropa, wo sie die einzige heimische Buchenart ist.

Verbreitung

Die vorwiegende Verbreitung der Fichte ist in Asien, Nordamerika und Europa. Die Hälfte der Fichtenarten wächst in China. In Zentral-Europa sind nur zwei Arten heimisch: Die Gemeine und die Serbische Fichte. Die Gemeine Fichte ist in Mittel- und Südeuropa, von Skandinavien bis Sibirien verbreitet, sowie in den Alpen, Pyrenäen und Karpaten.

Typische Merkmale

Die so genannten Nadeln sind etwa 1 bis 2,5 cm lang und ca. 2 mm breit. Sie sind sehr spitz, kantig, häufig säbelförmig gekrümmt und sitzen einzeln auf kleinen braunen Blattkissen. Die Nadeln sind dunkelgrün und weisen beidseitig schwache weiße Linien (Spaltöffnungslinien) auf. Die Zapfen reifen im Oktober/November, sind braun, zylindrisch, etwa 10 bis 16 cm lang und geöffnet ca. 3 bis 5 cm breit. Die Borke ist anfangs glatt und rötlichbraun (daher wird sie auch oft Rottanne genannt), wird aber mit zunehmendem Alter graubraun mit rundlichen, am Rand sich aufbiegenden Schuppen.

Hausrezept

Fichtenwipfelsirup

ca. 200 g Fichten und/oder Tannenwipfel, ca. 400 g Rohrzucker, ein Glas zum Verschießen. Es sollte etwa die doppelte Menge, die von den Fichtenwipfeln gesammelt wurden, an Zucker sein. Man fängt damit an eine Schicht Zucker in das Glas zu geben und anschließend eine Schicht Wipfeln darauf und so wechselt man sich ab. Schaut, dass ihr die Fichtenwipfel gut andrückt, damit so wenig Luft wie möglich drinnen ist. Zucker- und Wipfelschicht sollten gleich hoch sein. Das verschlossene Glas an einem gleichmäßig warmen Ort ziehen lassen bis sich der Zucker in einen Sirup verwandelt hat – das wird ca. 4 Wochen dauern. Wichtig ist, dass es keine großen Temperaturschwankungen gibt.

Himbeere

Ribes idaeus

Lage

Die optimale Lage für die Himbeere ist ein sonniger und windgeschützter Platz. Der Boden sollte locker, ohne Verdichtungen und nährstoffreich sein. Ein lockerer Boden ist wichtig, da die Himbeere keine Staunässe, aufgrund der daraus resultierenden Wurzelfäule mag. In der freien Natur ist die Himbeere vor allem in der Nähe oder in Wäldern zu finden.

Hausrezept

Lindenblütentee

1 TL Lindenblüten (getrocknet), 250 ml kochendes Wasser

Die Lindenblüten in einem Teeglas geben und mit kochendem Wasser übergießen. 10 Minuten ziehen lassen. Durch ein Sieb gießen und genießen Der Tee kann mit Agavendicksaft oder Honig zusätzlich verfeinert werden.

Rosskastanie

Aesculus

Lage

Die Rosskastanie stellt keine besonderen Ansprüche an den Standort, dennoch bevorzugt sind frische bis feuchte, tiefgründige und nährstoffreiche, schwach sauer bis alkalisch Böden. Die Rosskastanie ist empfindlich gegenüber Bodenverdichtungen, und verträgt vorübergehende Trockenheit gut. Demnach handelt es sich um einen unkomplizierten, frostharten Baum, welcher frische bis feuchte Böden im Schatten oder Halbschatten bevorzugt.

Verbreitung

Die Kastanie, wie sie im Sprachgebrauch bezeichnet wird, ist mittlerweile in großen Teilen Mitteleuropas eingebürgert und wird häufig als Park- oder Alleenbaum eingesetzt.

Typische Merkmale

Die Rosskastanie ist ein Laubbaum, welcher bis zu 25 m hoch werden kann. Die 5 bis 7 Fiederblättchen setzen sich zu einem Fächerähnlichem Blatt zusammen. Die Einzelblätter ist rund 25 cm lang, wobei die Blätter in der Mitte deutlich länger sind als randständige. Vorne haben diese eine aufgesetzter Spitze. Der aufrechtstehende Blütenstand („Kerzen“) ist bis zu 30 cm hoch. Blütezeit ist von April bis Mai. Die daraus entstehenden, bestachelte Kapselfrüchte enthalten die braunen Samen (Kastanien).

Herkunft

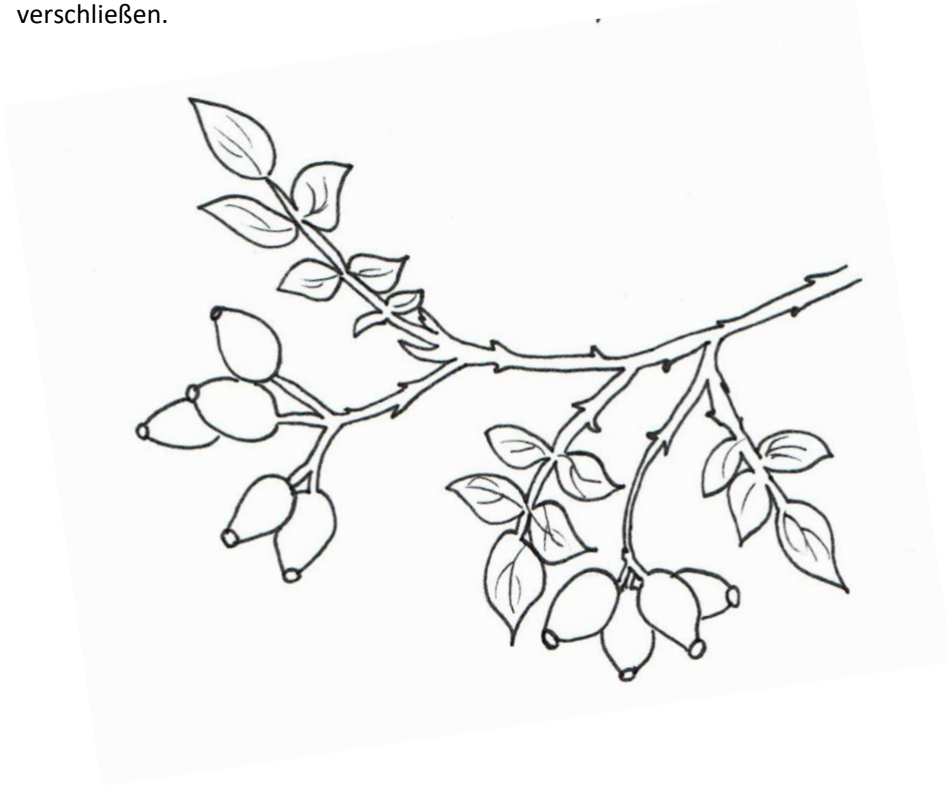
Die Verbreitung des sommergrünen Baumes, war ursprünglich die Balkanhalbinsel.

Hausrezept:

Hagebutten-Marmelade

500 g entkernte Hagebutten, Saft einer viertel Zitrone, 125 ml Wasser oder Fruchtsaft, 250 g Gelierzucker (2:1)

Das Fruchtfleich der entkernten Hagebutten zusammen mit dem Wasser und dem Zitronensaft in einem Topf für fünf Minuten aufkochen. Mit einem Pürierstab zerkleinern, es können ruhig Stückchen bleiben. Gelierzucker unterrühren und weitere fünf Minuten unter ständigem Rühren kochen. Heiße Marmelade in saubere Gläser abfüllen und verschließen.



Holunder

Sambucus

Lage:

Die robuste Pflanze ist vor allem an schattigen bis halbschattigen Standorten in Wälder, Wegrändern und Waldlichtungen zu finden. Der Holunder bevorzugt einen feuchten, sauren und sandigen Lehmboden mit hohem Stickstoffgehalt.

Verbreitung:

Der Holunder ist ein in Europa weit verbreiteter Strauch. Er ist aber auch in vielen gemäßigten Zonen Asiens, in Sibirien, Indien und im Kaukasus vorzufinden.

Typische Merkmale:

Der Holunder ist ein stark verzweigter Strauch und wird bis zu 10m hoch. Die Blätter sind elliptische und spitz auslaufend. Bei den Früchten handelt es sich um dunkelrote bis schwarze Beeren.

Herkunft:

Der Holunder ist in ganz Europa und nördlichen Afrika heimisch. Der weit verbreitete Strauch blüht im Sommer und entwickelt im Herbst schwarze Beeren.

Hausrezept

Sirup | Holunder Blüten

40 Stk Holunderblüten, 4 Stk Zitronen (oder Orangen), 2 l Wasser, 50 g Zitronensäure, 3 kg Zucker

Hausrezept

Lärchenparfait

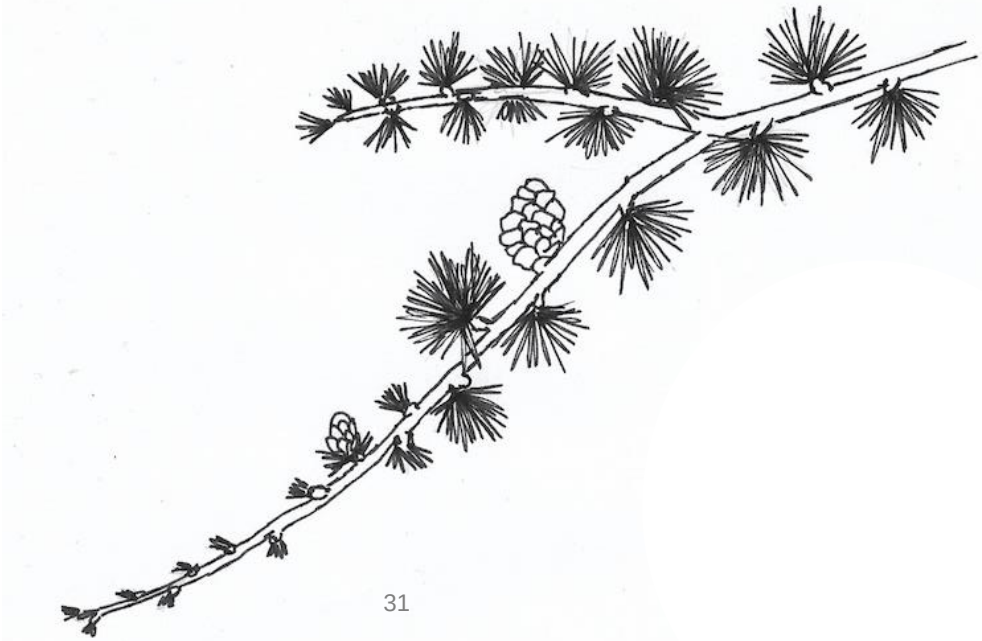
125 g weiße Schokolade, 90ml Milch, 250 ml Sahne, 1 Handvoll junge Lärchennadeln

Milch zum Kochen bringen, Schokolade einrühren und abkühlen lassen. Die Lärchennadeln ganz fein hacken und unter die Parfait- Masse geben. Die halbgeschlagenene Sahne unterheben und in einem Gefäß einfrieren. 10 Minuten vor dem Anrichten aus dem Tiefkühler holen.

Pech der Lärche

Das Pech/ Harz der Lärche wird außerdem dazu verwendet, um Holzsplitter oder andere Splitter aus der Haut zu ziehen. Dazu 40ml Olivenöl,35g Kakaobutter, 30g Pech, 10g Bienenwachs erwärmen und in kleine Tiegel abfüllen

us der Haut zu ziehen. Dabei wird es auf die Betroffene Stelle gegeben, wo es dann über Nacht den Splitter „herausziehen“ soll.



Linde

Tilia

Lage

Die Schattbaumart kommt vor allem auf frischen, mäßig trockenen, nährstoffreichen aber auch kalkhaltigen, sandigen und lehmigen Boden vor.

Verbreitung

Die Linde ist vor allem in Laubmischwäldern der Mittelgebirge in Mitteleuropa und Zentralasien zu finden.

Typische Merkmale

Der sommergrüne Laubbaum wird bis zu 30m hoch. Die Linde hat herzförmige, spitz auslaufende Blätter sowie kugelige, weichschalige, schwachgerippte, behaarte Früchte.

Herkunft

Die Linde ist ein österreichischer Laubbaum.

Verbreitung

Die Himbeere ist besonders im gemäßigten Europa und in Westsibirien verbreitet und wird im Mittelmeerraum immer seltener. Zusätzlich kommt sie im Osten von Nordamerika, in Südamerika, Neuseeland und Grönland vor. Die Wildart ist eine Waldpionierpflanze und wächst somit an Waldlichtungen, -rändern und Schuttplätzen

Typische Merkmale

Himbeeren wachsen als Sträucher, deren Turen mit feinen Stacheln esetzt sind und bis zu zwei Meter hoch werden können. An den Trieben sitzen wechselseitig drei-, fünf- und siebenzählige gezähnte und gefiederte Blätter. Zwischen Mai und August werden doldenförmige Blütenstände mit weißen Blüten gebildet. Die Früchte sind bis zu 2 cm groß, meistens rot und rund bis länglich. Die Wildform erreicht hingegen nur 0,5-1 cm Länge.

Herkunft

Die Himbeere ist in Europa und Asien heimisch.

Hausrezept

Frauentee

25 g Schafgabe, 10 g Himbeerblätter, 10 g Pfefferminzblätter und 20 g Frauenmantelkraut.

Einen Esslöffel der Mischung mit 200 ml kochendem Wasser überbrühen und 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen, dann abseihen. Bei Bedarf 3 Tassen täglich trinken. Der Tee soll bei krampfartigen Menstruationsschmerzen in der Pubertät helfen.

Kornelkirsche

Cornus mas

Lage

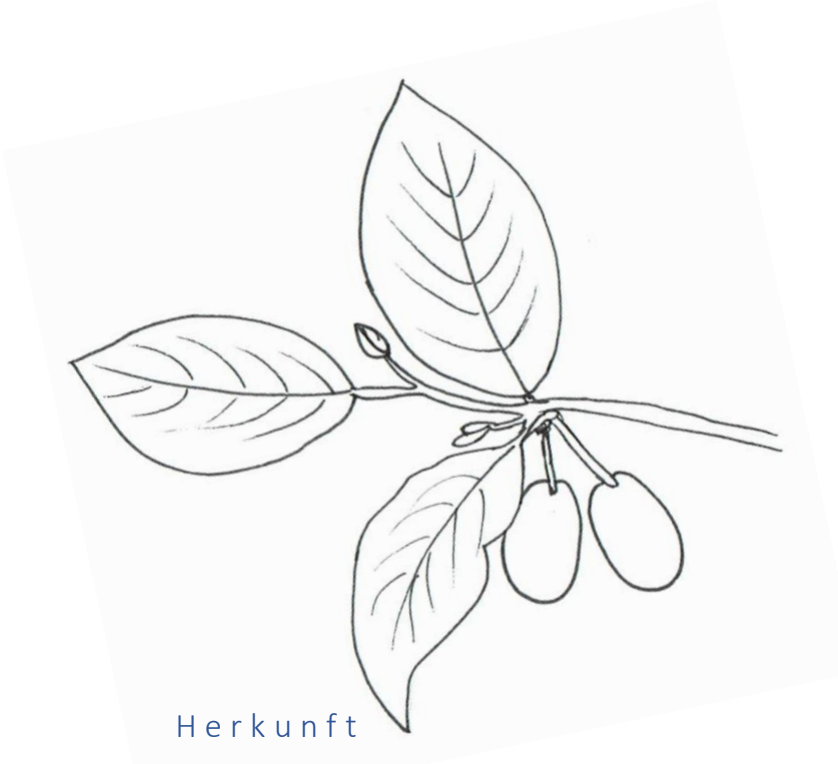
Der Standort für die Kornelkirsche sollte sonnig bis halbschattig sein. In der freien Natur ist sie ein Standortspezialist. Sie hat ihre ökologische Nische auf eher trockenen, kalkreichen Hängen, weil größere Bäume, die ihr das Licht streitig machen könnten, auf solchen Böden nicht wachsen. Im Garten toleriert sie auch leicht saure, etwas feuchtere Böden, aber verträgt keine Staunässe. Der Boden sollte durchlässig und nährstoffreich sein.

Verbreitung

Die Kornelkirsche ist eine typisch europäische Wildfrucht und am ehesten in Süd- und Mitteleuropa, wie auch Mittelasien verbreitet. Die Pflanzen zieren heute häufig öffentliche Parks und Grünanlagen, sind aber auch in der freien Natur zu finden. Im niederösterreichischen Pielachtal ist der Bestand so groß, dass das Tal auch als Dirndltal vermarktet wird.

Typische Merkmale

Die Blätter sind sommergrün und eiförmig bis elliptisch geformt. Der Blattrand ist oft wellig und das Laub ist oberseits grün, die untere Seite meist etwas heller. Die Kornelkirsche blüht bereits ab Ende Februar, was sehr früh ist. Ihre Früchte sind rund zwei Zentimeter lang, oval und glänzend rot. Die Frucht hat einen Zuckeranteil von rund 15 Prozent, sodass die Fruchtsäure den Geschmack dominiert. Abgesehen davon enthalten die Früchte verschiedene Zucker, Gerbstoffe, Anthocyane, organische Säuren, B-Vitamine, Vitamin C & E, Flavonoide. Achtung: Verwechslungsgefahr mit Hartriegel!



Herkunft

Die Kornelkirsche war ursprünglich im Kaukasus beheimatet und wanderte nach den Eiszeiten in Mitteleuropa ein.

Hausrezept:

Kornelkirschen-Saft

1 kg Kornelkirschen, 300 ml Wasser, Zucker nach Bedarf. Kornelkirschen, Wasser und evtl. Zucker in einen Topf geben und alles aufkochen lassen. Gelegentlich umrühren. Nach etwa 20 Minuten das entstandene Mus durch ein Sieb abseihen und ausdrücken. Den dabei gewonnenen Saft in eine sterilisierte Flasche füllen. Kornelkirschen-Saft soll angeblich eine leichte fiebersenkende Wirkung haben.

Lärche

Larix decidua

Lage

Die Lärche stockt auf Kalk- und auf saurem Silikatgestein, bevorzugt auf tiefgründigen Böden, welche eine hohe Kraft zur Wasserhaltung haben. Staunasse Böden aber auch nährstoffarme Sandböden werden von der Lärche gemieden.

Verbreitung

Die Lärche ist im gesamten Alpenraum verbreitet und kommt dort in den westlichen Alpen oder in den flachen Lagen im östlichen Alpenraum vor. Dabei tritt sie oft in Mischung mit der Gemeinen Fichte auf. Das Kieferngewächs war in der Nacheiszeit weit verbreitet, wurde aber wegen ihrer geringen Wettbewerbsfähigkeit (z.B hohe Lichtansprüche) zurückgedrängt.

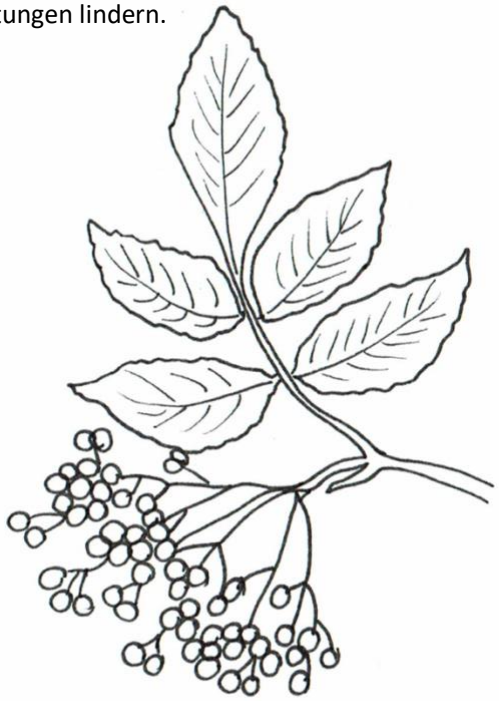
Typische Merkmale

Der sommergrüne, meist schlanke Baum kann eine Höhe von bis zu 35 bis 40 Metern erreichen. Die Blätter, 15 bis 30 mm lang und 0,5 bis 0,8 mm schmal, sind weich abgeflacht und vorne stumpf. Bei Austreiben sind die Blätter hell und später dunkelgrün. Sie treiben an Kurztrieben zu 20 bis 40 Stück in rosettig angeordneten Büscheln aus. Die Zapfen sind hellbraun und eiförmig. Nach dem Ausfliegen der Samen verblassen die Zapfen, die erst nach rund 10 Jahren mit dem Zweig zu Boden fallen.

Herkunft

Die europäische Lärche ist ein heimischer Baum, welcher vor allem in den Alpen, Sudeten und Karpaten vorkommt.

Holunderblüten säubern (nicht waschen!) und nur trocken abschütteln. Längere Stängel kurz abschneiden. Zitronen in Scheiben schneiden. Alle angegebenen Zutaten in einen sauberen Kübel oder große Schüssel geben. 3-5 Tage an einem dunklen und kühlen Ort abgedeckt solange stehen lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Einmal pro Tag alles gut durchrühren. Danach durch ein feines Tuch (Mulltuch) in einen Kochtopf abseihen. Einmal kurz aufkochen lassen und in saubere/sterilisierte Flaschen abfüllen.

Holunderbeeren

2 kg Holunderbeeren mit 200 g Zucker eine gute Stunde einkochen und mit Honig und Zitrone abschmecken.
Dieser Saft ist verdünnt ein hervorragender Durstlöscher und soll die Beschwerden bei Husten und Erkältungen lindern.