

# Naturnotizen

## Februar 2025



Wintergoldhähnchen, weiblich

## Keiner ist kleiner - Wintergoldhähnchen

Das Wintergoldhähnchen lebt in Nadel- und Mischwäldern, zur Brutzeit gerne in Fichtenbeständen. Im Winter ist es auch in Laubwäldern, Parks und Gärten anzutreffen. Aufgrund der geringen Größe kann es sich im dichtesten Geäst bewegen und bleibt für uns und für Beutegreifer oft unsichtbar.



2



Mir ist so ein Vogelzwerg „in die Hände gefallen“: Das Wintergoldhähnchen war gegen unsere Haustür geprallt und lag völlig benommen auf dem Rücken. Ich habe das Tierchen sehr vorsichtig auf die Beine umgedreht und es konnte nach ein paar Minuten wieder wegfliegen 😊

Die Wintergoldhähnchen sind an den intensiv gelben bzw. orangenen Scheitel-  
federn gut zu erkennen. Diese können als „Hahnenkamm“ aufgestellt werden.  
Die Vögel sehen meist rundlich geplustert aus und mit den relativ großen  
Knopfaugen haben sie einen hohen Niedlichkeitsfaktor für uns Menschen.



Das Weibchen hat einen zitronen- bis grünlich-gelben Scheitelstreif.



Das Männchen hat einen orangefarbenen Scheitelstreif.

Sie sind echte Leichtgewichte: die Kohlmeise wiegt ca. 20 g, die Blaumeise ca. 10 g und jetzt kommt's: das Wintergoldhähnchen nur 5 g, das ist so viel bzw. so wenig wie ein 20 Cent-Stück. Die Goldhähnchen, im Sommer sind noch die Sommergoldhähnchen bei uns, gehören in Europa mit ca. 9 cm zu den kleinsten und leichtesten Singvögeln.

3



Hier sind architektonische Profis am Werk:

Das hängende kugelige oder auch napfförmige Nest ist dickwandig, gleichzeitig elastisch und windfest. Hervorragend isoliert mit Fellhaaren, Gespinnst von Raupen und Spinnen, Flechten, Moosen sowie Federn.

In einer Saison kann es zu mehreren Brutten kommen, mit jeweils 8-12 Eierchen



Die Eier sind ca. so „groß“ wie ein Daumnagel und daraus schlüpft ein winziges Vögelchen.

## Der Wald hat Ohren



Die Pilzform erinnert an eine Ohrmuschel, kann bis zu 10 cm breit werden, während sie nur wenige Millimeter dick wird und im Gegenlicht oft durchscheinend wirkt.

4

Der ungewöhnliche Pilz wird Judasohr (*Auricularia auricula-judae*) oder auch Waldohr genannt. Er zeigt sich ganzjährig, insbesondere im Frühjahr, wächst meist auf Schwarzem Holunder, kann aber auch andere Laubbäume besiedeln. Was wir als „Ohrlappen“ sehen ist der Fruchtkörper für die Vermehrung, während das Lebewesen Pilz verborgen im Inneren des Holunderholzes lebt.



Das Waldohr hat eine knorpelige, gelatinöse Konsistenz und schrumpelt bei Trockenheit stark zusammen und quillt bei Feuchtigkeit wieder stark auf.

Die Oberseite wirkt meist wie mit Adern durchzogen - siehe Foto links.

Die Unterseite ist glänzend und glatt.

Wenn einem die Konsistenz nicht stört, kann der Pilz in der Küche verwendet werden. Er bringt wenig Eigengeschmack mit.

Das asiatische Pendant wird schon seit ca. 1.500 Jahren in der traditionellen chinesischen Medizin als Heil- und Vitalpilz sowie in der asiatischen Küche als Speisepilz verwendet. Dort wird er Mu-Err (übersetzt Baumohr) genannt. In asiatischen Restaurants bei uns wird er irreführenderweise als „Chinesische Morchel“ angeboten.



Hier war ich zur richtigen Zeit am richtigen Ort: Die Ohren sind am „schlüpfen“.



Hier die sehr seltene Albinoform

Sammeltipp: Nur sammeln, wenn der Pilz zu 100% bekannt ist. Und wie immer, nicht alle Fruchtkörper nehmen.

Verwechslung für das ungeübte Auge ggf. mit dem ungenießbaren Pilzen: Pappel-Becherrindenschwamm, Drüslinge, Fleischrote Gallertbecher.

## Außen schwarz und innen weiß



Jetzt noch bis ca. März/April auf dem Markt und in Bioläden zugreifen:

Die **Schwarzwurzel** ist ein mild-aromatisch schmeckendes und frosthartes Gemüse mit viel Power: Darmfreundliche Ballaststoffe, Mineralien wie z.B. Calcium, Kalium, Magnesium, Vitamine: A, E sowie B-Vitamine.

6



Ich löffel gern meine Süppchen aus: Schwarzwurzeln in Wasser kochen, abgießen, etwas abkühlen lassen, dann lässt sich die Schale leicht abziehen. Nach dem Schälen in Stücke schneiden, pürieren, mit Wasser, Sahne oder veganer Alternative aufgießen, mit Gemüsebrühe würzen – guten Appetit 😊

**Tipp:** Sind die Schwarzwurzeln zu lang für den Topf, halbieren und wegen dem an den Schnittstellen austretenden zähen Milchsaft dem Kochwasser einen Spritzer Essig und Milch zugeben (damit er nachher nicht am Topf haftet, falls die Schnittstellen direkt den Topfrand berühren).

Hier wird u.a. die klassische Zubereitung von Schwarzwurzeln (vor dem Kochen schälen und was zu beachten ist) vorgestellt: <https://www.mein-schoener-garten.de/lifestyle/essen-trinken/schwarzwurzeln-zubereiten-48283>  
Es finden sich im Netz viele Rezepte und auch auf youtube Zubereitungsvarianten.

### Eine Spanierin in Mitteleuropa

Die Schwarzwurzel (*Scorzonera hispanica*) wird auch Spanische Schwarzwurzel genannt. Sie kam im 17. Jahrhundert zu uns nach Mitteleuropa und wurde wegen der meist besseren Wurzelqualität immer mehr anstelle der Haferwurzel (*Tragopogon porrifolius*) angebaut.



**Weitere Bezeichnungen:** Skorzenewurzel, Winterspargel oder auch „Arme-Leute-Spargel“ genannt. Die italienische Bezeichnung Scorzone bedeutet giftige schwarze Schlange und spielt auf die Verwendung im Mittelalter zur Heilung bei Schlangenbissen an.

**Anmerkung:** „Scorzzone“ ist auch eine Bezeichnung für den Sommertrüffel.

Zum Strecken von Bohnenkaffee wurden getrocknete und geröstete Schwarzwurzeln ebenfalls verwendet (ähnlich wie die verwandte Wegwarte).



Die Schwarzwurzel ist zwei-jährig, d.h. im ersten Standjahr bildet sich eine Blattrosette aus, im zweiten Standjahr erfolgen Blüte und Samenbildung. Danach stirbt die Pflanze ab.

Die Ernte der Schwarzwurzeln erfolgt im 1. Standjahr (ab Oktober/November) bis kurz bevor im 2. Standjahr (März/April des Folgejahres) die Blütenstängel hochschieben und damit die Energie aus der Wurzel in den Austrieb und Blütenbildung strömt.

8



Bild links: Austrieb im 1. Standjahr

Bild rechts: Wurde die Wurzel nicht geerntet, erfolgt die Blüte im 2. Standjahr, die Blüten duften leicht schokoladenähnlich und schließen sich bereits mittags (ähnlich der Wegwarte). Die Blüten sind essbar und auch die Insekten freuen sich sehr darüber.



## Wild, häufig und violett – die Purpurrote Taubnessel



9

Die jeweils oberen Triebe sind im Jungstadium purpurfarben und namensgebend für die zur Familie der Lippenblütler (Lamiaceae) gehörende Purpurrote Taubnessel. Sie ist sehr zeitig im Jahr anzutreffen.

Die Tribspitzen können kleingeschnitten in den Salat, gedünstet in Gemüsegerichten oder z.B. in Pfannkuchenteig ausgebacken werden. Der Grundgeschmack ist intensiv pilzig-erdig. Wie bei allen Blütenpflanzen verändert sich der Blattgeschmack, sobald die Blütezeit beginnt. Die Blüten können als essbare Deko verwendet werden, bitte was übrig lassen für die geflügelten Sechsheiner.



Bei allen Lippenblütlern ist der Stängel vierkantig – doch nicht alles was einen vierkantigen Stängel hat, ist ein Lippenblütler.

Beispiele für Lippenblütler: Salbei, Thymian, Rosmarin, Lavendel  
Wildwuchs: Kriechender Günsel, Waldziest, Feldthymian, Rossminze

**Tipp:** Wer noch nie Wildpflanzen roh verkostet hat, eher mit mild schmeckenden Arten wie Vogelmiere (erbsiger Geschmack) oder jungem Gierschaustrieb (petersielig-karottig) starten.



Die Lippenblüte besteht aus einer Ober- und Unterlippe. Um an den Nektar im Blüteninneren zu kommen, klammern sich z.B. Hummeln an der Unterlippe fest und dabei neigt sich die Oberlippe mit den Staubbeuteln nach unten und -schwupsdiwups- befinden sich die Pollen auf dem pelzigen Hummelrücken und werden per Insektentaxi weitertransportiert



Das „Pollentaxi“ ist gelandet. (Hier die Weiße Taubnessel, stellvertretend für alle Lippenblütler.)

Auf der Unterseite der Oberlippe befinden sich die Staubbeutel



Typisch für die Purpurrote Taubnessel ist die Beblätterung sowie Blüten im oberen Teil der Pflanze. Daran anschließend ist der Stängel blattlos und unten auf dem Boden befinden sich ein paar Grundblätter. Der Wuchs ist im unteren Bereich niederliegend, dann aufrecht.

10

Es vergehen nur wenige Wochen von der Keimung bis zur Samenreife, daher mehrere Generationen im Jahr möglich.

Die Samen haben ein fettreiches Anhängsel, ein sog. Ölkörperchen (Elaiosom), das von Ameisen verbreitet wird.



**Sämtliche Taubnesselarten wie z.B. Weiße Taubnessel, Goldnessel, Gefleckte Taubnessel sind essbar und nicht verwandt oder verschwägert mit der Brennnessel. Diese gehört zur Familie der Brennnesselgewächse (Urticaceae) und zeigt u.a. ein völlig anderes Blühverhalten und setzt als Liebeskurier, also als Pollenüberbringer, auf den Wind.**

## Rätsel

Was ist denn das?



Diese seltsamen grünen Kügelchen liegen auf einem Baumstamm im Moos, könnten aber auch direkt auf dem Boden angetroffen werden.



Wer es weiß oder herausfindet:  
Bitte die Lösung bis zum 15. April 2025  
an [info@wildekarde-naturschule.de](mailto:info@wildekarde-naturschule.de)  
senden.

Die Auflösung gibt es in der nächsten Ausgabe.

Was gibt's zu gewinnen?

Unter den richtigen Einsendungen entscheidet das Los und die/der GewinnerIn bekommt das Buch „Wilde Pflanzen essen“ von Christine Rauch und Ernestine Donnerberg.

12



**Juhu, das frische wilde Grün sitzt in den Startlöchern. Sobald die ständigen Nachtfröste vorbei sind geht's los und der wilde Tisch ist wieder frisch und üppig gedeckt, guten Appetit 😊 freeeeeue mich schon sehr, jupididu.**

13

*Die neue Ausgabe der Naturnotizen erscheint im April/Mai 2025*

*Die Naturnotizen dürfen weitergeleitet werden. Die Inhalte dürfen für private und gewerbliche Zwecke genutzt werden. Meine Fotos stelle ich auf Anfrage kostenfrei zur Verfügung. Ist eine Bildquelle angegeben, dann direkt dort nachfragen, Kontakt kann ich ggf. herstellen.*

*Wer sich abmelden möchte: kurze Mitteilung an: [info@wildekarde-naturschule.de](mailto:info@wildekarde-naturschule.de) oder den Link im Begleitschreiben nutzen.*

#### *Fotonachweis*

*istock: S. 3 unten, S. 6, S. 7, S. 11 unten, S. 15*

*pixabay.com: S. 2, S. 4 oben, S. 11 rechts oben, S. 8 unten rechts, S. 11 links oben, links mitte  
pflanzen-vielfalt.net Bildausschnitt: S. 9 unten, Daniela Schneider: S. 5 oben, S. 12*

*wikimedia-creative-commons: CC BY-SA: S. 1 Francis C. Franklin 3.0, S. 3 links oben Missy Osborn 2.0,  
S. 3 rechts oben Aliabad Hunza 2.0, S. 4 unten Björn S. 2.0, S. 5 unten AK ccm 2.0, S. 8 oben H. Zell  
.2, S. 8 unten links Agnieszka Kwjecien Nova 4.0, S. 9 Krzysztof Ziarnek Kenraiz 4.0, S. 10 oben links  
Stefan Lafnaer 4.0, S. 11 rechts Ivar Leidus 4.0, S. 11 links unten Michel Langeveld 4.0*