Naturnotizen
März/April 2022

Wilde Karde Naturschule Daniela Schneider www.wildekarde-naturschule.de

2

Da es so sonnig und warm war, ist es jetzt zum Teil bereits soweit:

Löwenzahnblüten-Knospen

Auf einer ungedüngten Wiese oder im Garten sammeln, wenn die Blütenknospen noch fest geschlossen und unten in der Blattrosette sitzen. Sind sie bereits am Stängel hochgewachsen, sind sie nach wie vor essbar, der Geschmack ist dann aber nicht mehr so zart-lecker.

Rezept Löwenzahn-Blütenknospen-Pfanne
pro Person 1 - 2 Handvoll Löwenzahn-Blütenknospen
1 kleine Zwiebel, etwas (Oliven)Öl
Zitronensaft, Pfeffer, Salz
Sahne bzw. vegane Alternative

Zwiebel kleinschneiden und in Öl andünsten, Löwenzahn-Blütenknospen hinzugeben und in wenigen Minuten weich dünsten. Mit Zitronensaft und den Gewürzen abschmecken, etwas Sahne dazugeben.

Auch lecker mit in Stücke geschnittenen getrockneten Tomaten und gerösteten Sonnenblumenkernen.

„Blonder“ Tee aus geöffneten Blüten

3 - 4 Löwenzahnblüten
1 Tasse Wasser aufkochen
1 TL Honig, 1 Spritzer Zitrone

Die Löwenzahnblüten mit Wasser übergießen, ca. 5 – 7 Min. ziehen lassen, absieben und mit Honig und Zitrone abschmecken. Über den Blütentee freuen sich Leber, Galle und Nieren. Er unterstützt beim Stoffwechsel und kurbelt die Fettverbrennung an.

Beim Löwenzahn ist alles essbar:
Blätter: insbesondere die jungen Blätter als Salatbeigabe oder Pesto
Blütenknospen: Rezeptbeispiel s.o.
geöffnete Blüten: Blütentee, Blütengelee sowie ausgezupft als essbare Deko
Stängel: als Frühjahrskur knabbern (sehr bitter)
Wurzel: verwende ich im Winter getrocknet und kleingeschnitten oder als Pulver über das Essen gestreut

Der Löwenzahn-Grundgeschmack ist insgesamt würzig-bitter und **bitter macht fitter.** (Bitterstoffe sind aus unserer Kulturnahrung herausgezüchtet und nahezu nicht mehr vorhanden. Sie sind für unsere Gesunheit allerdings immens wichtig!)

Lurch mit Warnweste - Feuersalamander

Mit steigenden Temperaturen werden die Tiere wieder aktiv.
Sie bevorzugen feuchte und kühle Wälder als Lebensraum.

Die Salamander gehören zu den sog. wechselwarmen Tieren, d.h. sie können ihre Körpertemperatur nicht regulieren und diese sinkt mit der Außentemperatur.

Die Salamander verbringen daher die kalte Jahreszeit in einem frostfreien Versteck an Land in Winterstarre.

Herzschlag und Atmung sind dabei sehr laaaaangsam und ein eingelagertes Frostschutzmittel sorgt dafür, dass die Körperflüssigkeiten nicht eingefrieren.

Feuersalamander sind überwiegend Landbewohner und recht schlechte Schwimmer. Die Paarung findet an Land statt und die befruchteten Eier bleiben bis zu 10 Monate im Mutterleib. Die Salamander-Damen legen also keinen Laich ab, sondern gebären lebende Junge im Wasser (dabei liegen sie oft nur mit dem Hinterleib im Wasser). Bevorzugte Gebärorte sind kühle Quellbäche mit kleinen Stillwasserzonen

Die Larven haben sog. **Außenkiemen am Kopf**. Im Laufe ihrer Entwicklung gehen sie als Tiere mit Lungen an Land...

In Deutschland sind Feuersalamander zu Hause, die - in Varianten - entweder gebändert oder gefleckt sind.

Sie ernähren sich von Würmern, Schnecken und Insekten und können zwischen 15 und 25 Jahre alt werden.

Feuersalamander hören mit der Lunge! Ja, richtig gelesen:
Im Brustkorb wird der Schall in Vibrationen umgewandelt und im Körper über die Luft zum inneren Ohr weitergeleitet.

„Warnweste" der Feuersalamander: Über zahlreiche Hautdrüsen können die Salamander bei Gefahr ein giftiges Sekret ausscheiden. Bei Menschen verursacht das evtl. ein Brennen auf der Haut - für Tiere ist es aber giftig.

Aktuell auf eher feuchten Wiesen, Streuobstwiesen sowie am Waldrand zu finden: **Wilder Schnittlauch.** Fällt zur Zeit (noch) gut auf, da das Gras nicht hochgewachsen ist. Wilder Schnittlauch ist bereits ab Januar/Februar zu finden.

Geschmack: kräftiger als die Gartenvariante mit mehr Vitalstoffen, Stängel sind auch fester. Verwendung ist die gleiche wie beim Garten-/"Töpflesschnittlauch".

Schnittlauchiger Aufstrich

ca. 2 – 3 Handvoll klein geschnittenen Wilden Schnittlauch
ca. 3 – 4 EL Sonnen-blumenkerne
3 – 4 EL Olivenöl
1 TL Zitronensaft
1 TL Senf
Steinsalz, Pfeffer
ggf. etwas Wasser

Alle Zutaten in einen kleinen Mixer/Blender geben und so lange mixen, bis ein streichfähiger Aufstrich entstanden ist. Je nach gewünschter Konsistenz etwas Wasser zugeben. Auf's Brot streichen und z.B. mit Gänseblümchen dekorieren.
(Der Aufstrich kann selbstverständlich auch mit anderen wilden Grünen hergestellt werden.)

Rätsel

Welche Pflanze ist das, die hier ihre Blüten entfaltet?

Aktuell zu finden: an Bachufern, feuchten Hängen, Auwäldern, feuchten Waldwegen.

Die Blätter entfalten sich erst nach der Blütezeit. Als Kind habe ich die Blätter gerne als Sonnen- oder Regenschirm verwendet.

Wer es weiß oder herausfindet: Bitte die Lösung bis zum 18. April 2022 an info@wildekarde-naturschule.de senden.

Die Bekanntgabe des Rätsels Lösung sowie des/r GewinnerIn erfolgt in der nächsten Ausgabe.

<u>Was gibt es zu gewinnen?</u>

Unter den richtigen Einsendungen verlose ich eine Einschlaglupe für unterwegs sowie die Faltbroschüre „Die Knospen heimischer Laubgehölze".

Schwäne - Wasservögel mit Familiensinn

In Deutschland ist der Höckerschwan die am weitesten verbreitete Schwanenart. Er ist leicht zu erkennen und namensgebend ist der schwarze Höcker oberhalb des Schnabels. Dieser ist bei Männchen ausgeprägter als bei Weibchen.

Männchen können bis zu 12,5 kg schwer werden und eine Flügelspannweite von 2 – 2,4 m erreichen.

Ab dem 16. Jh. wurden Schwäne in Mitteleuropa als Ziervögel z.B. in Parks gehalten. Die heute bei uns lebenden Schwäne sind Nachfahren von verwilderten oder ausgesetzten „Parkschwänen". Die ursprüngliche Heimat ist Mittel- und Ostasien sowie Nord- und Osteuropa.

Schwan während einer Auseinandersetzung mit einem Rivalen Foto: Gordana und Ralf Kistowski, www.wunderbare-erde.de

„Mamataxi" – also auch bei „Schwanens"

Ein Schwanenpaar bleibt i.d.R. ein Leben lang zusammen und Schwäne können ein Alter von 16 – 20 Jahren erreichen.

Das Weibchen brütet die Jungen alleine aus.

Das Männchen schiebt Wache in Nestnähe und scheucht auch fauchend einen Menschen in die Flucht, wenn dieser dem Nest zu nahe kommt. Also während der Brutzeit ab März Abstand halten… Schwäne sind in dieser Zeit sehr territorial.

Schwäne ernähren sich nach dem Motto: „Köpfchen in das Wasser, Schwänzchen in die Höh'" – das allseits bekannte Gründeln. Mit dem langen Hals gelangen Schwäne 70 – 90 cm in die Tiefe. Sie fressen überwiegend Wasserpflanzen und Kleintiere, die sich daran befinden.

Nach Abwesenheit des Partners begrüßen sich Frau und Herr Schwan oft ausgiebig.
Foto: Gordana und Ralf Kistowski, www.wunderbare-erde.de

Singschwäne-Paar (Oberteil Schnabel ist gelb) – diese Tiere leben in Skandinavien und überwintern z.B. in Norddeutschland.

Die neue Ausgabe der Naturnotizen erscheint Ende Mai/Anfang Juni 2022.

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 oder den Link im Begleitschreiben nutzen.

Fotonachweis
Pixabay.com: S. 3 unten, S. 5, S. 9; istock: S. 1 und S. 3 oben, S. 4 oben;
Gordana und Ralf Kistowski www.wunderbare-erde.de S. 8, S. 10; Daniela Schneider S. 6, S. 7;
Wikimedia Creative Commons Lizenz CC-BY-SA 4.0: S. 4 unten Danke an alle.