

# Naturnotizen

## Juni 2022



1

**Wiedehopf mit „Irokesenfrisur“**

## Wiedehopf - der bunter „Stinker“



2

Der Wiedehopf ist aufgrund seines Aussehens, insbesondere seiner aufrechten Federhaube, unverwechselbar.

In meiner Kindheit habe ich einen Wiedehopf bei meinen Eltern im Garten gesehen. Dann erst wieder viele Jahre später bei einer Kanu-Wildnistour in den polnischen Masuren - dort in großer Zahl 😊



Besondere während der Brutzeit kann das Weibchen verstärkt bei Gefahr ein übel riechendes Sekret aus der Bürzeldrüse absondern. Auch im Nestbereich ist der Geruch, den die „Jungstinker“ verbreiten können, äußerst unangenehm. In früheren Zeiten gab es bei entsprechendem Anlass den gebräuchlichen Ausspruch: „Du stinkst ja wie ein Wiedehopf“.



3

Der Ruf des Wiedehopfs, Vogel des Jahres 2022, ist sehr markant: ein dreisilbiges „huphuphup“

Hier zum Reinhören: <https://www.youtube.com/watch?v=sJKyXMOSuu0>

### Einemsen

Dabei setzt sich der Wiedehopf zur Gefiederpflege auf Ameisen und lässt sie ins Gefieder krabbeln. Oder die Ameisen werden mit dem Schnabel gepackt und das Ameisensekret am Gefieder abgewischt. (Wirkt gegen Milben, Bakterien, Pilze usw.)



(Einemsen praktizieren auch viele andere Vögel.)

## Aromatisierter Apfelsaft

Hier das Rezept für eine Variante mit Holunder und Giersch:



- 1 Liter Apfelsaft
- 4-6 voll aufgeblühte Holunderblüten, vorsichtig leicht ausschütteln
- 6-8 große ältere Gierschblätter mit Stängel
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Glaskrug oder anderes Gefäß

### Herstellung:

- Gierschstängel ggf. waschen und vom Grün befreien (Blätter könnten auch dranbleiben, geben aber im älteren Stadium wenig Saft ab und machen aufgrund ihrer Größe den Glaskrug zu voll) und mit z.B. Messerrücken etwas flach klopfen oder mit anderem Gegenstand anquetschen, bis Saft austritt.
- Zitrone waschen und in Scheiben schneiden
- alles zusammen mit den Holunderblüten in den Glaskrug geben und mit Apfelsaft übergießen
- über Nacht (oder mind. 3 Stunden) im Kühlschrank ziehen lassen
- absieben und genießen 😊

ggf. mit (Sprudel)Wasser vermischen

Lecker!! Ein gesundes und erfrischendes Sommergetränk.



Der Holunder hat in den Niederungen in den letzten Tage verblüht.

In höheren Lagen ist er noch mitten in der Blüte.

Bei den Zutaten kann selbstverständlich variiert werden, da ausprobieren.

Hier z.B. eine aromatisch-würzige Variante:

- 3 - 4 Zweige Echter Dost

- 3 - 4 Zweige Schafgarbe

- 2 Zweige Salbei

Zubereitung wie auf vorheriger Seite beschrieben, Pflanzenteile anquetschen

### Echter Dost (*Origanum vulgare*)

sonnige und trockene Standorte, auch prima zum Würzen von Pasta und Pizza, schmeckt angenehm aromatisch



Frühere Bezeichnung: Wohlgemut (= guten Mutes). Die Bauern mischten Dost unter die Speisen. Sie meinten, dass ihre Knechte dadurch gut gelaunt und motiviert sind.

Weitere Infos und Erkennungsmerkmale:

[https://www.pflanzen-vielfalt.net/wildpflanzen-a-z/%C3%BCbersicht-a-h/dost/#:~:text=Der%20Dost%20\(Origanum\)%20oder%20Orant,Variet%C3%A4ten%20oder%20Unterarten%20aufgeteilt%20sind.](https://www.pflanzen-vielfalt.net/wildpflanzen-a-z/%C3%BCbersicht-a-h/dost/#:~:text=Der%20Dost%20(Origanum)%20oder%20Orant,Variet%C3%A4ten%20oder%20Unterarten%20aufgeteilt%20sind.)

## Rätsel

Ich wollte noch ein Tier mit in die Naturnotizen aufnehmen und ging zwecks Ideenfindung von meinem Arbeitszimmer auf die Terrasse. Tja, und da kam das Tier, angelockt von einer Blüte...und jetzt in ein Rätsel verpackt:



6

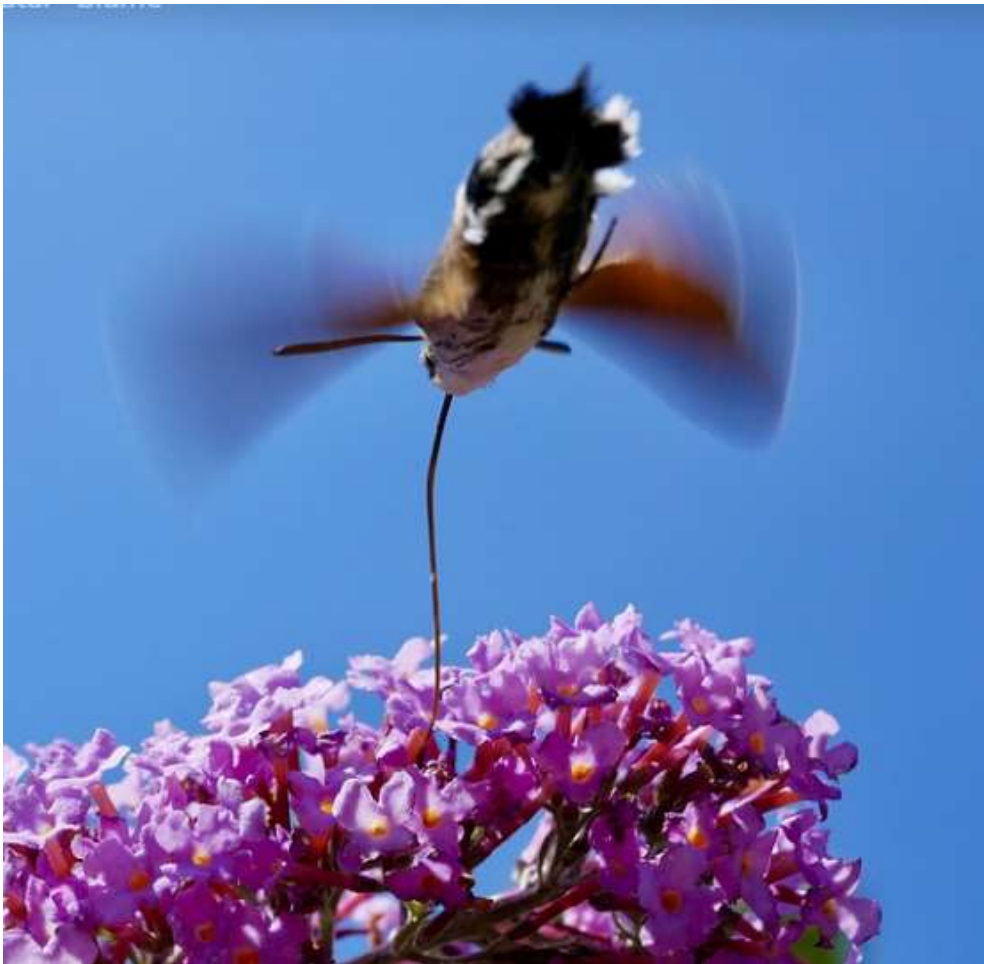
Welches Tier ist das?

Wer es weiß oder herausfindet:

Bitte die Lösung bis zum

10. Juli 2022 an [info@wildekarde-naturschule.de](mailto:info@wildekarde-naturschule.de) senden.

Der Flügelschlag des gesuchten Tieres ist sehr schnell. Deshalb berichten manche Menschen immer wieder von einer Kolibrisichtung in Deutschland...



7



### Was gibt es zu gewinnen?

Unter den richtigen Einsendungen verlose ich das Buch „Blütenküche“ von Ursel Bühring

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

## Die hohe Zeit der Sommerblüten...

Viele essbare Blüten aus dem Garten sowie aus der Natur können aktuell kulinarisch verarbeitet werden z.B. zu

- Blütenbrotten
- Blütentorten
- gefüllt, je nach Blüte z.B. Taglilie mit Meerrettich-Frischkäse-Creme
- Apfelsaft oder Wasser mit Blüten und Kraut aromatisieren oder dekorieren
- Blüten in den Salat oder über's Essen streuen, sehr dekorativ



8

Hier ein paar Anregungen:





Blüten enthalten zellschützende Flavonoide - daher zugreifen! Die Geschmacksnuancen sind vielfältig: von leicht bitter, scharf, neutral-nix, aromatisch - alles vertreten.

...weil's soooo schön ist, noch ein paar Bilderlis:



## Beispiele für essbare Blüten aus dem Garten



aromatisch: Dahlienblüten, abzupfen und im Salat genießen

- Borretsch, „Gurkenkraut“
- Dahlie
- Funkien
- Kapuzinerkresse, schmeckt pfeffrig-scharf, natürliches Antibiotikum

- Lavendel, bekannte Heilpflanze, wirkt beruhigend und entspannend, heilend (Haut, Wunden)
- Magnolien
- Obstblüten (Apfel, Birne, Kirsche usw.)
- Primeln, nur die Kissenprimeln (Becherprimeln sind giftig)
- Ringelblume, früher färbten Bauern ihre Speisen damit gelb, daher auch Safranrose genannt, Pflanze ist klebrig, soll Schnecken abhalten, Heilpflanze, bekannt ist die Ringelblumensalbe
- Rose, Duft und Farbe bereichern Torten und Salate, getrocknete Blüten als Duftrosenpotpourrie, bekannte Rosenblütenprodukte sind Rosenwasser und ätherisches Rosenöl
- Schlüsselblume, nur im Garten ernten, steht unter Naturschutz
- Sonnenblume, die gelben Blütenblätter sehen super im Salat und auf dem Brot aus
- Taglilie, schmeckt knackig, gut zum Füllen geeignet
- Hornveilchen, insbesondere für Süßspeisen
- Zucchini Blüten, gut zum Füllen geeignet
- Blüten aller essbaren Gartenkräuter (Rosmarin, Lavendel, Schnittlauch, Thymian, Salbei.....)
- Kornblumen (dürfen in der Natur nicht entnommen werden, sind geschützt)

### Blüten von essbaren Wildpflanzen

wie z.B. Wegwarte, Schafgarbe, Dost, Malven, Nachtkerze, Rotklee, Wilde Möhre, Blutweiderich, Gierschblüten, Wiesenlabkraut, Echtes Labkraut



Ach, da geht's immer mit mir durch...bei den Blüten.

Mir geht bei der Zubereitung mit Blüten das Herz auf und alle Sinne sind entzückt und voller Freude.

Wer Lust hat, meinen Blütenworkshop zu erleben, hat am Sa 2. Juli Gelegenheit dazu. Bei Interesse weitere Infos im Begleitschreiben.

*Vor den Sommerferien gibtes noch eine Kurzausgabe der Naturnotizen.*

*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*

*Pixabay.com: S. 2 unten, S. 3 unten, S. 4 Unten, S. 5 oben, S. 6, S. 7 oben*

*istock: S. 1, S. 2 oben, S. 3 unten, Daniela Schneider S. 4 oben, S. 5 unten, S. 8 - 11*