Naturnotizen

September 2022

Eberesche im Spätherbst

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

So schön anzusehen – herrlich leuchtende Beeren der Eberesche

Die Beeren der Eberesche, auch Vogelbeere genannt, gelten bei manchen als essbar und dann auch wieder als nicht essbar oder gar giftig - tja, wie ist es denn nun?

Die Beeren der Eberesche schmecken **roh** sehr herb und sind wahrlich **keine Gaumenfreude.** Daher sind größere Mengen nicht genießbar. Wer dennoch probieren möchte, sollte nicht mehr als 3 bis 5 Beeren roh essen – wahrscheinlich wird es dann nicht mehr als eine!

Sie enthalten Parasorbinsäure und beim rohen Verzehr von größeren Mengen kommt es zu Magen- und Darmbeschwerden. Gekocht wandelt sich die Parasorbinsäure in für den menschlichen Körper gut aufnehmbare Sorbinsäure um. Also hier gilt: **erst kochen, dann essen.** (Sorbinsäure wird auch als Konservierungsstoff in Lebensmitteln und Kosmetika eingesetzt.)

Rezept Ebereschenmus

500 g frische Ebereschen-Beeren
500 g klein geschnittene Äpfel
1 Zimtstange und 1 Prise Kardamom
300 ml Wasser
Ebereschenbeeren und Äpfel waschen, die Beeren von den Stielen befreien, Äpfel in Stücke schneiden, in einem Topf mit dem Wasser geben, Gewürze zufügen und sanft weich köcheln lassen. Zimtstange entfernen, durch ein Sieb passieren oder pürieren und mit 250 g Honig oder anderem Süßungsmittel abschmecken. Alles sofort in saubere Gläser abfüllen. Ist 1 Jahr lang haltbar. Das Mus kann auch „pur" nur mit Vogelbeeren zubereitet werden.
Es pflegt die Darmflora und kann bei Appetitlosigkeit und Magenverstimmung verzehrt werden.

Die Beeren enthalten reichlich Vitamin C (2-4 mal so viel wie die Zitrone) sowie Vitamin A, B-Vitamine, Folsäure und auch der Gehalt an Mineralstoffen kann sich sehen lassen.

Anmerkung: Durch das Zusammenwirken der Inhaltsstoffe bleibt auch nach dem Köcheln ein großer Teil des Vitamin C erhalten.

Erntetipps

Nach dem Frost sind die Beeren angenehmer im Geschmack. Doch wer so lange wartet, geht meist leer aus – da war das Volk der Gefiederten dann schneller.

Ebereschenbeeren/Vogelbeeren ernten

Beim Ernten der Ebereschenbeeren darauf achten, dass die **Blütenknospe für das nächste Jahr** nicht mit abgeschnitten wird, sonst hat man bereits für das kommende Jahr mitgeerntet.

Bienenkönigin oder nicht – allein das Essen entscheidet…

Die Nahrung entscheidet, ob aus der Bienenlarve eine Königin oder eine Arbeiterin wird!!

Nur zukünftige Königinnen werden während des gesamten Larvenstadiums mit „königlicher Kost", dem Gelee Royal, gefüttert. Das ist ein Sekret, das junge Bienen bilden.

Arbeiterinnen erhalten die Supernahrung nur in den ersten Tagen des Larvenstadiums und dann ein Gemisch aus Pollen und Nektar.

Lebenserwartung der Arbeiterinnen im Sommer: 4 - 6 Wochen
Arbeiterinnen ab Herbst, sog. Winterbienen: 6 – 7 Monate
Königin: 4 – 5 Jahre, erhält während ihres gesamten Lebens Gelee Royal

Malve

Wir lüften jetzt ein Blütengeheimnis der Malve:
Malvenblüten sind **vormännlich,** d.h, die männlichen Geschlechtsorgane der Blüte mit den Staubbeuteln und Pollen entwickeln sich zuerst.

Sind die Staubbeutel entleert, kommt die **weibliche Blühphase:** die sog. Narbe entfaltet sich obenauf und breitet ihre „Äste" aus – bereit einen Pollen von einer anderen Malve aufzunehmen - Liebeskuriere sind dabei die Insekten.

Viel Freude beim eigenen Entdecken ☺

Foto links: Malvenblüte in der männlichen Blühphase

Foto rechts, oben: männliche Blühphase
unten: im Übergangsstadium mit bereits sichtbarer Narbe der weiblichen Blühphase

Nach der Dürre im Sommer sehe ich aktuell die Malven auf den Wiesen blühen.
Mehr Infos z.B. zur Wilden Malve z.B. hier: https://www.pflanzen-vielfalt.net/wildpflanzen-kraeuter-a-z/uebersicht-pflanzen-l-r/malve-wilde/

Stockrose

Heißt zwar Stock"rose" gehört aber zur Familie der Malvengewächse.

Stockrosenblüte in der **vormännlichen** Blühphase

Fotos links und rechts
weibliche Blühphase

Rätsel

Rate, rate was ist das… es ist kein Fuchs und auch kein Has' – es ist ganz zottelig und hat die Farbe gelb-rot und wird ugs. Rosenapfel genannt. Das Gesuchte ist öfter auf Hundsrosen/Heckenrosen, also den Hagebuttensträuchern, zu finden.

Tja, was ist es?

Wer es weiß oder herausfindet:
Bitte die Lösung bis zum 31.10. 2022 an info@wildekarde-naturschule.de senden.

Die Auflösung gibt es in der nächsten Ausgabe der Naturnotizen im November.

Was gibt's zu gewinnen?
Unter den richtigen Einsendungen entscheidet das Los und die/der GewinnerIn erhält das Buch von Dr. Markus Strauß „Köstliches von Hecken und Sträuchern".

Unsere heimische Waschnuss

Die Rosskastanie enthält Saponine – lat. sapo = Seife – die beim Kontakt mit Wasser aufschäumen. Die Saponine sind Natur-tenside, die Verschmutzungen lösen und das Wasser weicher machen.

Waschmittelherstellung aus frischen Rosskastanien

für Buntwäsche bei 40 Grad

Zutaten: 6-8 frische Rosskastanien

- Rosskastanien sammeln, darauf achten, dass die braune Schale keine Risse aufweist
- falls verschmutzt, waschen und trockenreiben
- in 1 bis 2 cm große Stücke schneiden.
- in einem verschließbaren Stoffsäckchen in die Waschtrommel geben.
- bei hartem Wasser: z.B. Waschsoda nach Herstellerangabe zugeben
- ggf. hartnäckige Flecken vorbehandeln
- nach dem Waschen Säckchen luftig trocknen. Kann 2-3-mal zum Waschen verwendet werden.

Da nur für einen begrenzen Zeitraum frische Rosskastanien zur Verfügung stehen, kann ein Vorrat aus zerkleinerten Rosskastanien angelegt werden. Aus diesen kann dann ein „Flüssigwaschmittel-Aufguss" hergestellt werden.

Wer das ggf. praktisch erleben möchte: Workshop „Seife, die auf Bäumen wächst" am 22.Oktober im Familienzentrum in 76316 Malsch

Die Rosskastanien sowie weitere heimische Waschpflanzen sind hypoallergen, entzündungshemmend sowie desinfizierend und daher besonders mild zur Haut und für Kinder und Menschen mit Allergien und Neurodermitis besonders geeignet. Und das Beste: die Waschpflanzen findet man vor der Haustür und haben somit auch keine langen Transportwege.

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. 1, S. 4 oben, S. 7. 9 oben, S. 10

istock: S. 4 unten, wikimedia-creative-commons S. 3 oben public domain, S. 8 links CC-BY-SA 3.0 Björn Appel

Daniela Schneider: S. 2, S. 3 unten, S. 5, S. 6, S. 8 unten, S. 9 unten