



Zwergmäuse klettern geschickt im Geäst, hier ist es eine Schlehe. Kartoffelrosen bilden besonders dicke Hagebutten aus.

Die wilden Kerle

Ein oder zwei heimische Sträucher mit essbaren Früchten passen auch in einen kleinen Garten. Wir stellen Ihnen die besten wilden Beeren vor, ausgewählt nach fünf Gesichtspunkten.

Die Thujahecke, die unten ganz braun ist, könnte man wirklich ersetzen. Auch der Liguster zum Nachbarn, der ständig getrimmt werden muss, bereitet kaum jemandem noch Vergnügen. Mit Wildsträuchern, an denen Früchte reifen, ist der knappe Platz im kleinen Garten dagegen hervorragend ausge-

nutzt. Es gibt viele heimische Gehölze, die auf normalem Boden wachsen, kaum Pflege brauchen und leicht in Form gehalten werden können. Ein regelmäßiger Schnitt ist oft nicht notwendig.

Wer die Beeren pflückt, kann Marmelade, Tee und Saft daraus zubereiten. Wer sie lieber im Geäst hängen lässt, muss sich keinesfalls als Verschwender

fühlen. Denn viele Singvögel brauchen die kleinen Kraftpakete im Herbst, um sich ihren Winterspeck anzufuttern. Die Frage ist bloß – welche Sträucher wählt man aus, wenn man sich auf wenige Exemplare beschränken muss? Wir stellen Ihnen die besten Arten vor, sortiert nach fünf Gesichtspunkten: Inhaltsstoffe, Ertrag, leichte Verarbeitung, Nahrung für Tiere und Platzbedarf.



Der Dornen wegen ernten Sie Sanddorn mit dicken Handschuhen. Wacholderdrosseln haben Vogelbeeren zum Fressen gern.

Sanddorn – Nr. 1 für die Gesundheit

Als Jungbrunnen und Multivitamin-Spender der allersten Güte ist der Sanddorn bekannt. Seine kleinen orangefarbenen Beeren enthalten Vitamin C in rauen Mengen: Bei Sträuchern von der Ostsee konnte man 200 mg/100 g Frucht messen, bei wildem Sanddorn aus den Alpen wurden bis zu 1300 mg/100 g entdeckt. Zitronen liefern dagegen nur durchschnittlich 50 mg/100 g. Das Vitamin C des Sanddorns ist zudem noch besonders lange haltbar, denn Fruchtsäuren und Biophenole in den Beeren bewahren es vor dem Zerfall. Deshalb wirken Sanddornmus, Tee oder Saft selbst nach Erhitzen oder nach langer Lagerung noch heilsam.

Außerdem ist der orangefarbige Farbstoff der Beeren urgesund. Es handelt sich dabei um Carotin. Der fettlösliche Stoff, der auch Karotten und Kürbissen ihre Farben verleiht, bremst die Zell-Alterung und tut den Augen gut. Das Besondere am Sanddorn ist aber, dass seine Beeren rund 5% essenzielle Öle enthalten, die kleinen Kerne sogar bis zu 10%. Das gibt es in keiner anderen heimischen Frucht. Die Öle schützen vor Sonnenbrand, unterstützen die Wundheilung und helfen bei Quetschungen und Verbrennungen. Außerdem fördern sie die Regeneration der Haut. Als Wohltat für Magen und Darm sind sie ebenso bekannt.

Die sparrigen Büsche mit den schmalen silbrigen Blättern besiedeln steinige Böden von den Küsten bis ins Hochgebirge. Das schaffen sie so gut, weil ihre Wur-

zeln in Symbiose mit Bodenpilzen leben. Im Garten gedeiht Sanddorn auf allen luftigen Böden, die nicht zu sauer sind. Die Sträucher bilden Ausläufer, wenn Sie den Boden bearbeiten, zum Beispiel hacken und dabei Wurzeln verletzen. Allerdings brauchen Sie mindestens zwei Pflanzen, damit Beeren reifen. Denn es gibt Sträucher, die nur männliche und solche, die nur weibliche Blüten bilden. 'Pollmix' ist eine beliebte männliche Sorte und kann bis zu 9 weibliche be-

stäuben. Gute Fruchtsorten für den Garten mit hohen Gehalten an Vitamin C und Öl sind zum Beispiel 'Leikora' und 'Dorana'. Ein ausgewachsener Strauch kann mehr als 10 kg Beeren tragen. Das Abzupfen der kleinen orangefarbenen Kuller ist wegen der langen Dornen eine Strafarbeit. Leichter geht es, wenn Sie die Fruchtzweige abschneiden und einen Tag lang in die Tiefkühltruhe legen. Danach lassen sich die gefrorenen Beeren vom Zweig schlagen.

Eberesche – viel ernten auf wenig Raum

Der kleine, schlanke Baum hängt im frühen Herbst voller korallenroter Beerenkronen – da füllen sich die Erntekörbe wie von selbst. Ausgewachsene Ebereschen tragen bis zu 40 kg Früchte. Allerdings pflücken Sie mit den Vögeln um die Wette. Denn auch die haben die Beeren, die reichlich Vitamine, Farb- und Gerbstoffe liefern, zum Fressen gerne. Nicht umsonst nennt man den Baum Vogel-, Drossel- oder Krametsbeere. Dabei schmecken die Früchte der Wildart ziemlich bitter. Uns Menschen bekommen sie erst, nachdem sie 24 Stunden im Essigwasser-Bad gelegen und ihre Gerbstoffe verloren haben. Milder schmecken die Beeren der Essbaren Eberesche (*Sor-*

bus aucuparia ssp. *moravica*), die zu Anfang des 19. Jahrhunderts in Mähren entdeckt wurde. Sie brauchen vor der Verarbeitung nicht entbittert zu werden. Wenn Ihnen die süß-saure Ernte nicht von Vögeln vor der Nase weggeschnappt werden soll, legen Sie ein Netz über die Baumkrone. Ist die zu hoch, können Sie die Zweige mit glitzernden CDs behängen. Aber viele müssen es sein, sonst schreckt es die Vögel nicht ab. Ebereschen stellen kaum Ansprüche an den Boden und vertragen sogar den Schlagschatten von Häusern. Nur allzuviel Trockenheit mögen sie nicht. Vogelbeeren sind auch gute Hausbäume – mit kleiner Krone, weißen Blüten im Frühjahr, roten Beeren im Sommer und einer schönen Laubfärbung im Herbst.

Weißdorn und Schlehe – die Tierliebsten

Pflanzen und Tiere einer Landschaft haben sich über Jahrtausende gemeinsam entwickelt. Die Pflanzen liefern Nektar und Pollen, die Insekten bestäuben im Gegenzug deren Blüten. Von den Blättern ernähren sich Raupen, Käfer und Blattläuse. Und im Herbst lassen die Sträucher nahrhafte Früchte reifen, die von Vögeln gefressen werden. Die wiederum sorgen für die Verbreitung der Samen. Jedes heimische Gehölz hat seinen Nutzen für Tiere, aber auf Weißdorn und Schlehe haben sich besonders viele Arten spezialisiert.

Es brummt und wuselt

Die Schlehe umhüllt ihre blattlosen Zweige bereits im April mit weißen Blüten. Sie sind eine wichtige Nektarquelle für Bienen, Hummeln, Käfer und Schwebfliegen aller Art. Einen Monat später eröffnet der Weißdorn sein Schlafraffenland für Brummer und Sumsemänner mit seinen hübschen, süßlich duftenden Blüten in Weiß oder Rosa. Vom grünen Laub des Weißdorns ernähren sich knapp 250 Raupen von verschiedenen Schmetterlingen, außerdem Käfer, Wanzen, Blattwespen und Läuse. Die Schlehe folgt ihm dicht auf dem Fuße mit gut 200 Insekten, die an ihren Blättern knabbern. An den roten Miniatur-Äpfelchen des Weißdorns futtern 32 Vogelarten, außerdem Hasel-, Zwerghamster, Eichhörnchen und Siebenschläfer. Nicht zuletzt brüten Vögel im dornigen Geäst beider Gehölze, sie fühlen sich dort vor Katzen und Mardern sicher. Weißdorn wächst als großer Strauch oder bizarre Baum auf kalkhaltigem Boden. Die Früchte schmecken fade, wurden aber in Notzeiten zum Brotbacken verwendet. Wer täglich ein paar getrocknete Äpfelchen oder einen Tee aus den Blüten genießt, senkt überhöhten Blutdruck und kräftigt sein Herz. Während die sparrig wachsende Schlehe besser in einen großen Garten passt, können Sie sich einen Weißdorn auch in beengter Umgebung gönnen. Er toleriert starken Rückschnitt und lässt sich sogar als formal geschnittene Hecke erziehen.



Die nahrhaften, mehligten Weißdornfrüchte enthalten viel Eiweiß.



Waldbrettspiel-Falter saugen gerne an Baumsäften und reifen Früchten.



Kornelkirschen (links) liefern Früchte in Form und Größe von Oliven. Schlehen (rechts) werden etwa murmelgroß.

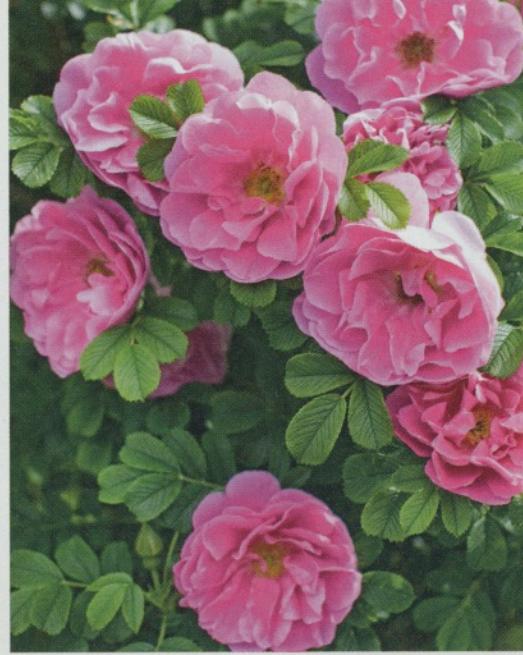
Die besten Wildobststräucher für den Garten

	Sanddorn	Vogelbeere	Kornelkirsche	Weißendorn	Schlehe	Apfelrose
Höhe	1–5 m	5–10 m	2–6 m	2–6 m	2–3 m	1–3 m
Breite	2–3 m	4–5 m	2–6 m	2–5 m	2–3 m	1–3 m
Lichtbedarf	○	○ – ●	○ – ●	○ – ●	○ – ●	○ – ●
Boden	mager – nahrhaft humusarm; mäßig trocken – frisch	mager, humos mäßig trocken bis feucht	mager, humos trocken – frisch	mager, humos trocken – frisch	mager, humos trocken – frisch	mager, lehmig mäßig trocken – frisch
Blüte	April	Mai/Juni	Februar/März	Mai	April	Ende Mai bis Juli
Blüten verwenden?	–	Tee	in Teig backen	Tee	Tee, Tinktur	Saft, Gelee u.a.
Befruchttersorte nötig?	ja	nein	ja	nein	nein	nein
Verträgt Rückschnitt?	ja	bedingt	ja, auch als Schnitt-Hecke	ja, auch als Schnitt-Hecke	ja	ja
Erntezeit	September bis Oktober	August bis Oktober	August bis Oktober	August bis Oktober	September bis November	September bis November
Tipps zur Ernte	nach Frost geht es leichter	mit Apfelpflücker	schütteln, Busch klein halten	Gehölz durch Schnitt klein halten	nach Frost geht es leichter	
Blüten und Blätter locken folgende Tiere in den Garten	keine – Blüten durch Wind be- stäubt	Bienen, Hummeln, Schwebfliegen, Käfer	Bienen, Hummeln, Schwebfliegen, Käfer	Bienen, Hummeln, Schwebfliegen, Käfer; Käfer, Rau- pen an Blättern	Bienen, Hummeln, Schwebfliegen, Käfer; Rau- pen an Blättern	Bienen, Hum- meln, Käfer; Grabwespen, Käfer, Raupen an Blättern
Welche Tiere ernähren sich von den Früchten?	Haushuhn, Rebhuhn, Fasan	Drosseln, Rotkehl- chen, Kleiber, Gimpel, Mäuse	Kernbeißer, Dom- pfaff, Haselmaus, Siebenschläfer	Drossel, Seiden- schwanz, Neuntö- ter, Mäuse, Hasen	Vögel, Mäuse, Feldhase	Grünfink, Dom- pfaff, Kernbeißer, Igel, Feldhase

○ = Sonne ● = Halbschatten ● = Schatten



Hagebutten enthalten viel Vitamin C. Apfelrose 'Duplex' mit leicht gefüllten Blüten.



Kornelkirsche – Sieger in der Küchen-Klasse

Kleine Beeren zupfen, Früchte einweichen, Kerne entfernen – das hört sich nach Arbeit an. Wildfrüchte beanspruchen im Vergleich zum Gartenobst tatsächlich etwas mehr Zeit in der Küche. Wer davon wenig hat, pflanzt von vornehmlich Sträucher, die nicht piksen – das erleichtert schon einmal die Ernte. Vielseitig in der Küche verwendbar und bequem zu sammeln sind zum Beispiel Kornelkirschen. Legen Sie große Bettlaken unter den Strauch und schütteln Sie kräftig. Die reifen dunkelroten Früchte fallen leicht ab. Mit 10–20 kg Ertrag können Sie bei einem ausgewachsenen Busch rechnen. Auch in der Natur ist das Gras unter dem Busch im Spätsommer mit Beeren übersät. Mäuse, Eidechsen und andere kleine Krabbeltiere tun sich an den saftigen, süßsauren Früchten gütlich. „Tierbaum“ wird der Strauch deshalb in der Schweiz genannt.

Weil die Büsche sehr langsam wachsen und jederzeit einen starken Rückschnitt vertragen, können Sie dafür sorgen, dass die Früchte stets in Ihrer Nasenhöhe hängen – falls Sie doch lieber stehend zupfen, statt sich zu bücken. Sehr empfehlenswert sind Sorten wie 'Jolico' oder 'Kasanlaker', deren Beeren etwa um die Hälfte größer sind als die ihrer wilden Schwestern.

Die dicken Kerne entfernen Sie durch Dampfentsaften, oder Sie kochen die

Beeren 2- bis 3-mal auf und lassen das Mus zwischendrin etwas abstehen. Danach sind Ihrer kulinarischen Phantasie keine Grenzen gesetzt. Sie können die Früchte sogar wie Oliven in Essig und Öl einlegen. Früher wurden die vanilleartig duftenden Kerne geröstet, gemahlen und als Kaffee-Ersatz aufgebrüht. Kornelkirschen gedeihen in jedem normalen Boden und fügen sich gut in Laubhecken ein. Ihre gelben Blüten erscheinen im März an den nackten Zweigen. Weil sie so früh blühen, sind sie ein wichtiges Futter für die Bienen.



Kornelkirschen schmecken gut als Gelee.

Wildrosen – Schönheit für kleine Gärten

Die meisten wilden heimischen Obststräucher stellen geringe Ansprüche an Boden und Klima. Entsprechend üppig, um nicht zu sagen unbändig, schießen sie ins Kraut, wenn sie in gepflegtem Gartenboden wachsen dürfen. Da zählen die Rosen noch zu den handzahmeren Gehölzen. Apfelrose (*Rosa villosa*), Kartoffelrose (*R. rugosa*) und die Pillnitzer Vitaminrose 'PiRo 3' wachsen nicht in den Himmel und lassen große Hagebutten reifen. Sie sind reich an Fruchtsäuren, Farbstoffen, und sie strotzen nur so vor Vitamin C. Auch in einen kleinen Garten fügen sich diese Strauchrosen gut ein, denn sie stehen ihren edleren Schwestern in puncto „Schönheit“ nicht nach: Ab Ende Mai bis in den Juli, oft ein zweites Mal im September blühen große rosafarbige Blüten, später leuchten knallrote Hagebutten über sattgrünem Laub. Die Apfelrose wächst für eine Strauchrose relativ aufrecht. Sowohl ihre weich behaarten Blätter wie auch die mit Drüsenhaaren besetzten Hagebutten und die Blüten duften sanft nach Äpfeln. Wer sandigen oder trockenen Boden im Garten hat, wählt die Kartoffelrose, die mit karem Boden zureckkommt, wenn nur nicht zuviel Kalk im Untergrund lauert. Lieber ist ihr ein humusreicher Boden im Halbschatten. Ihre großen runden Hagebutten machen der Küchenfee die Verarbeitung relativ leicht. Denn die haarigen Kerne aller Hagebutten sollten Sie aus der Frucht pulen, bevor Mus und Marmelade entstehen. Die Pillnitzer Vitaminrose liebt normalen Gartenboden. Sie schmückt sich mit tiefroten flaschenförmigen Hagebutten, die speziell auf einen hohen Vitamingehalt hin gezüchtet wurden. Die Blüten der Rosen sind nicht nur eine Augenweide, sondern auch eine Delikatesse. Sie können Sirup, Gelee und Rosenzucker daraus herstellen.

Katja Holler

Bezugsquellen siehe Seite 90