

Die Geheimnisse der Heckenfrüchte

Steinobst – da kommen uns sofort Kirschen, Pflaumen und Aprikosen in den Sinn. Doch in Hecken, an Waldrändern und in Parks können wir Steinobstsorten finden, die wir im Supermarkt vergebens suchen und die wir deshalb in der Natur meist übersehen. Warum Schlehe, Kornelkirsche und Co. trotzdem einen Blick wert sind und wie man ihre Früchte nutzen kann, wird in diesem Unterrichtsbaustein beschrieben.

SACHINFORMATION

ALTE SCHÄTZE DER NATUR

Wildes Steinobst ist ein oft übersehener, aber faszinierender Bestandteil der heimischen Pflanzenwelt in Deutschland. In alten Hecken, an Waldrändern oder auf ungenutzten Flächen wachsen noch heute ursprüngliche Obstgehölze, die seit Jahrhunderten Teil der mitteleuropäischen Kulturlandschaft sind. Anders als ihre kultivierten Verwandten wurden sie nie züchterisch verändert und haben sich an das raue Klima, an karge Böden und das Zusammenspiel mit der heimischen Tierwelt angepasst.

Besonders interessant sind vier Wildobstarten, die nicht nur ökologisch eine bedeutende Rolle spielen, sondern auch kulinarisch und kulturhistorisch wertvoll sind: die Kornelkirsche, die Kirschpflaume, die Schlehe und die Vogelkirsche. Diese Gehölze bieten mit ihren Blüten und Früchten Nahrung für Insekten, Vögel und Säugetiere – und auch für den Menschen. In Zeiten des Klimawandels, schwindender Biodiversität und wachsender Sehnsucht nach regionaler, naturnaher Ernährung lohnt sich ein neuer Blick auf diese alten Schätze der Natur.

ROBUSTE WILDKIRSCH DES SÜDENS

Die **Kornelkirsche**, auch „Dirndl“ genannt, ist ein ursprünglich südosteuropäisches Wildobstgewächs, das sich seit der letzten Eiszeit auch in Mitteleuropa verbreitet hat. Hierzulande ist sie vor allem in wärmeren Regionen Süd- und Mitteldeutschlands heimisch und bevorzugt kalkhaltige, sonnige Standorte.

Die Kornelkirsche ist botanisch gesehen keine Kirsche im eigentlichen Sinne, sondern gehört zur Familie der Hartriegelgewächse. Ihre Früchte sind länglich-oval, kirsch- bis dunkelrot und reifen ab August. Im rohen Zustand sind sie sehr sauer. Erst im überreifen Zustand oder nach Frosteinwirkung werden sie süßer. Traditionell



werden die Früchte zu Marmelade, Kompott, Gelee oder Likör verarbeitet. Im Balkanraum sind sie besonders beliebt.

Ökologisch ist die Kornelkirsche ein wichtiger Frühblüher. Bereits im Februar oder März – noch vor dem Laubaustrieb – lockt sie mit ihren kleinen, gelben Blüten zahlreiche Insekten an und stellt eine der ersten wichtigen Nahrungsquellen für Wildbienen dar. Auch Vögel und Kleinsäuger schätzen ihre Früchte im Spätsommer.

LERNZIELE

Fächer: Sachkunde, Hauswirtschaft, Arbeitsgemeinschaften, Schulgarten

Die Schülerinnen und Schüler ...

- » können wilde Steinobstsorten benennen;
- » bestimmen verschiedene wilde Steinobstsorten in der Praxis;
- » sammeln und Verarbeiten Steinobst unter Aufsicht;
- » lernen Steinobst mit allen Sinnen kennen.

KOMPETENZEN

Die Schülerinnen und Schüler können ...

- » sich Wissen aneignen und es übertragen;
- » Teamarbeit und Partizipation trainieren;
- » aktiv an Entscheidungs- und Gestaltungsprozessen teilnehmen.



VERWANDTE DER ZWETSCHGE

Die **Kirschpflaume** oder **Myrobalane** stammt ursprünglich aus Südosteuropa und Kleinasien, ist aber seit Jahrhunderten in Deutschland eingebürgert. Sie gehört zur Gattung *Prunus* und ist damit eng verwandt mit Zwetschge, Pflaume und Schlehe. Man findet sie sowohl wild wachsend als auch als Ziergehölz in Gärten und Parks.



Kirschpflaumen sind kleine, rundliche Steinfrüchte mit dünner Schale und weichem, saftigem Fruchtfleisch. Die Farben reichen von Gelb über Rot bis hin zu Violett. Ihr Geschmack ist süß-säuerlich, manchmal auch etwas herb. Sie reifen meist ab Juni bis August und eignen sich hervorragend für Mus, Marmelade, Säfte und Wein.

Als Pionierpflanze wächst die Kirschpflaume häufig an Waldrändern, auf Brachflächen oder in Hecken. Sie ist ökologisch wertvoll, da ihre früh erscheinenden Blüten (oft schon im März) eine wichtige Nahrungsquelle für Insekten darstellen. Auch Vögel nutzen die Heckenpflanze gerne als Nistplatz.

WILDOBST MIT CHARAKTER

Die **Schlehe**, auch **Schwarzdorn** genannt, ist in ganz Deutschland weit verbreitet. Sie ist eine typische Heckenpflanze und gehört ebenfalls zur Gattung *Prunus*. Charakteristisch für sie sind ihre zahlreichen Dornen und die dichte, buschige Wuchsform, durch die sie wertvollen Lebensraum für viele Tiere bietet.



Im Frühjahr, oft noch vor dem Laubaustrieb, blüht die Schlehe weiß und üppig – ein wichtiges Nektarangebot für Wildbienen, Schmetterlinge und andere Bestäuber. Ihre blauschwarzen, bereiften Früchte erscheinen im Herbst und sind

roh wegen ihres hohen Gerbstoffgehalts zunächst ungenießbar. Erst nach dem ersten Frost – oder durch künstliches Frosten – wird das Fruchtfleisch milder und aromatischer.

Schlehenfrüchte werden traditionell zu Likören (z. B. Schlehenfeuer), Sirup oder Gelees verarbeitet. Sie enthalten viel Vitamin C und besitzen eine leicht adstringierende (straffende), verdauungsfördernde Wirkung. Darüber hinaus wurde die Schlehe in der Volksmedizin gegen Erkältungskrankheiten und Magenbeschwerden eingesetzt.

WILDE AHNIN DER SÜßKIRSCHEN

Die **Vogelkirsche** ist die einzige in Deutschland heimische Wildform der Süßkirsche (*Prunus avium*) und damit die direkte Stammform vieler kultivierter Kirscharten. Sie wächst vor allem in lichten Laubwäldern, auf Waldlichtungen und in Feldgehölzen, bevorzugt auf nährstoffreichen, kalkhaltigen Böden.



Größenvergleich Vogelkirsche/Süßkirsche

Im April und Mai blüht die Vogelkirsche in auffälligen weißen Doldenblüten, die zahlreiche Insekten anlocken. Ihre Früchte reifen im Juni und Juli und sind kleiner als die Kulturkirschen, aber oft sehr aromatisch – vorausgesetzt, man ist schneller als die Vögel, die sich mit Vorliebe über die süßen Früchte hermachen. Daher auch der Name.

Die Vogelkirsche ist nicht nur ökologisch von großer Bedeutung, sondern auch forstlich wertvoll. Ihr Holz ist begehrt – es ist hart, elastisch und wird im Möbelbau verwendet. Zudem ist sie ein beliebter Wildbaum in naturnahen Hecken und als Streuobstgehölz.

METHODISCH-DIDAKTISCHE ANREGUNGEN

Dieser Unterrichtsbaustein hat eine bewusst praktische Ausrichtung und soll die Schüler und Schülerinnen zum sensorischen Entdecken der wilden Steinfrüchte anregen. Ziel ist es, die Pflanzen mit Hilfe des **Arbeitsblattes 1** zu identifizieren und genug Früchte zu sammeln, um aus ihnen Fruchtaufstrich zu kochen, wie in **Arbeitsblatt 2** beschrieben wird. Sollten sich keine Schlehen auftreiben lassen, können auch handelsübliche Steinfrüchte wie Pflaumen oder Aprikosen verwendet werden. Für die Kinder ist es jedoch eine besondere Erfahrung, den Weg der Frucht vom Strauch bis aufs Brot nachzuvollziehen und bei der Nutzung der Früchte tatkräftig mitzuhelfen.

Das Sammeln und Verarbeiten von Wildfrüchten sollte grundsätzlich nur unter sorgfältiger Aufsicht erfolgen. Es ist wichtig, mit den Kindern vorab zu thematisieren, dass in der freien Natur sowohl essbare als auch giftige Wildfrüchte vorkommen. Daher gilt: Keine Frucht darf probiert oder verarbeitet werden, wenn sie nicht eindeutig bestimmt wurde. Als unterstützendes Material kann die Internetseite „Giftige Beeren erkennen“ (siehe Linktipps) herangezogen werden.

Auch beim anschließenden Kochen oder Einkochen der Früchte – beispielsweise zur Herstellung eines Fruchtaufstrichs – ist besondere Vorsicht geboten. Das Arbeiten mit heißen Töpfen, Flüssigkeiten und Kochutensilien birgt Verbrennungsgefahren. Darum sollten alle Kochvorgänge nur unter ständiger Aufsicht stattfinden und ggf. durch Erwachsene übernommen werden.

LINK- UND MATERIALTIPPS

- » „Giftige Beeren erkennen“: <https://pilz.schule/essbare-und-giftige-beeren/>
- » Unterrichtsbaustein „Von Steinen und Kernen-Heimische Früchte von Aprikosen bis Zwetschgen“: <https://www.ima-agrar.de/component/mtree/attachment/328/24>
- » Unterrichtsbaustein „Pflanzen und Früchte- Was wir (mit)essen“: <https://www.ima-agrar.de/component/mtree/attachment/511/24>
- » Poster mit Arbeitsblättern: „Unser Obst- Welches Obst wächst bei uns?“: <https://ima-shop.de/Poster-Obst>
- » 3-Minuten-Info „Steinobst“: <https://ima-shop.de/3-Minuten-Info-Steinobst>

Schaue dir die Steckbriefe und Fotos der wilden Steinfrüchte genau an.

Welche kannst du auf dem Schulhof, im Schulgarten oder der näheren Umgebung entdecken?

Schlehe (*Prunus spinosa*)



- **Standort:** Hecken, Feldränder, sonnige Hänge
- **Blüte:** Viele kleine, weiße Blüten im Frühling (März/April)
- **Frucht:** Dunkelblaue, runde Früchte mit weißem Belag
- **Erntezeitpunkt:** Spätherbst (nach dem ersten Frost, Oktober/November)
- **Geschmack:** Sehr sauer und herb – erst nach Frost süßer
- **Besonderheit:** Hat Dornen und ist ein toller Unterschlupf für Tiere

Kornelkirsche (*Cornus mas*)



- **Standort:** Sonnige Plätze, Waldränder, Gärten
- **Blüte:** Kleine, gelbe Blüten im Frühling (schon im Februar/März)
- **Frucht:** Kleine, rote Früchte wie längliche Kirschen
- **Erntezeitpunkt:** Spätsommer (August bis September)
- **Geschmack:** Erst sauer, später süß – lecker in Marmelade
- **Besonderheit:** Eine der ersten Pflanzen, die im Jahr blühen – gut für Bienen!

Kirschpflaume (*Prunus cerasifera*)



- **Standort:** Gärten, Parks, Hecken, Waldränder
- **Blüte:** Weiße oder rosafarbene Blüten im Frühling (März/April)
- **Frucht:** Runde Früchte, gelb, rot oder violett – sehen aus wie kleine Pflaumen
- **Erntezeitpunkt:** Frühsommer bis Hochsommer (Juni bis August)
- **Geschmack:** Süß und saftig – gut zum Naschen oder für Saft
- **Besonderheit:** Blüht sehr früh und ist wichtig für Insekten

Vogelkirsche (*Prunus avium*)



- **Standort:** Wälder, Waldränder, Streuobstwiesen
- **Blüte:** Weiße Blüten in kleinen Büscheln (April/Mai)
- **Frucht:** Kleine, rote bis schwarze Kirschen
- **Erntezeitpunkt:** Frühsommer (Juni/Juli)
- **Geschmack:** Süß und fruchtig – schmeckt auch den Vögeln sehr gut
- **Besonderheit:** Die wilde „Ur-Kirsche“, aus der viele Sorten gezüchtet wurden

Fruchtaufstrich aus wildem Obst

Zutaten für 1,5 Liter Schlehen-Mus

1 kg Schlehen
 300 g Birnen, in kleinen Stücken
 Ca. 600 g Gelierzucker 2:1
 Ca. 2-3 EL Zitronensaft
 Nach Belieben Vanille und Zimt



Du brauchst

2 Töpfe
 1 feines Sieb
 1 Kochlöffel
 1 Trichter
 Saubere, heiß ausgespülte Schraubgläser



Vorsicht!

Das Kochen von Schlehen-Mus darf nur unter ständiger Aufsicht einer erwachsenen Person durchgeführt werden! Es besteht Verbrennungsgefahr.

Tipp!

Die Schlehen sollten nach dem Frost geerntet werden, damit sie nicht zu sauer sind. Alternativ kannst du sie über Nacht im Gefrierschrank lagern.

Arbeitsschritte

1. Wiege alle Zutaten ab. Schneide die Birnen in kleine Stücke und presse die Zitrone aus.
2. Bringe die Schlehen, die Birnenstücke und den Zitronensaft in einem Topf zum köcheln und rühre regelmäßig um. Nimm den Topf vom Herd, wenn die Schlehen sich auflösen und alles weich ist (ca. 15 bis 20 Minuten).
3. Kippe die Masse von einem Topf durch das Sieb in den anderen Topf. Mache dabei immer wieder kleine Pausen und drücke oder streiche die Masse mit dem Kochlöffel durch das Sieb, bevor Du weitere Masse nachkippst. Es sollen nur Schalen, Kerne und Stile im Sieb zurückbleiben.
4. Bringe das Schlehen-Mus mit dem Gelierzucker zum Kochen. Lass es ca. 5 Minuten köcheln und teste, ob es auf einem kalten Teller fest wird. Wird es nicht fest, dann lass es noch ein wenig köcheln.
5. Wird das Mus fest, fülle es rasch mit Hilfe eines Trichters in die sauberen Schraubgläser und verschließe diese rasch.



Tipp!

Du hast keine Schlehen zur Hand? Du kannst sie einfach durch anderes Steinobst wie Kornelkirschen, Pflaumen oder Pfirsiche ersetzen!

