



Hauptstrasse 95 28816 Stuhr Tel.: 0421-804879

[www.poeppel-stauden.de](http://www.poeppel-stauden.de)

## **Essbare Gehölze**

### ***Eine kleine Auswahl der eher Unbekannten!***

#### **Amelanchier – Felsenbirne**

Nicht mit Birnen zu vergleichen. Eher mit Heidelbeeren.

Die Früchte der Felsenbirne reifen im Juni heran, sind süß und lassen sich roh essen, trocknen oder zu Saft, Marmelade und Likör verarbeiten. Tipp! Schneller als die Vögel sein!

#### **Aronia – Apfelbeere**

Die Apfelbeere hat einen süß/säuerlichen Geschmack und lässt sich zu Marmelade und Gelees verarbeiten oder trocknen. Reifezeit August- Oktober.

#### **Asimia triloba – Paw Paw oder Indianerbanane**

Die Paw Paw Frucht reift im Sept.- Okt. (Der Sommer sollte warm genug sein)

Sie erinnert von der Form an eine Papaya und hat ein fruchtiges Aroma. Lecker im Salat oder Quarkspeisen oder einfach aus der Schale löffeln.

#### **Chaenomeles japonica ‘Cido’ - Zierquitte**

Bitte nicht von dem kleinen Wörtchen „Zier“ täuschen lassen. Auch Zierquitten sind essbar.

Roh doch eher zu sauer können sie als Gelee allein oder als Mischung mit süßeren Früchten sehr schmackhaft sein.

#### **Cornus mas – Kornelkirsche**

Ernten kann man die Früchte ab Ende August. Man sollte sie aber gut ausreifen lassen damit sich der Stein besser löst.

Die Kornelkirsche ist ein echter Allrounder, so lässt sie sich roh essen, trocken einmachen und zu Säften und Likören verarbeiten.

#### **Eleagnus umbellatus – Ölweide**

Ähnlich der Johannisbeere – nur Süßer!

Die süßsäuerlichen Früchte reifen im Oktober- November heran sind roh essbar oder zu Marmelade, Kompott oder Likör zu verarbeiten. Um eine gute Ernte zu gewährleisten müssen 2 Sorten gepflanzt werden.

### **Hippophae rhamnoides - Sanddorn**

Die sehr sauren Früchte lassen sich im September/Oktober ernten und zu Saft und Likör verarbeiten. Der Sanddorn ist zweihäusig. Das heißt: die fruchtende weibliche Sorte hätte gerne einen männlichen Partner in der Nähe.

### **Lonicera kamschatika – Honigbeere**

Die süßen blauvioletter Früchte haben einen hohen Vitamin C Gehalt, sind roh essbar oder zu Saft, Marmelade, Mus oder Likören zu verarbeiten.  
Das Beste : Sie sind bereits ab ENDE MAI reif.

### **Lycium barbarum – Goji – Beere**

Die roten Früchte reifen im September. Sie können roh gegessen oder getrocknet werden.  
Tipp! Eine Rhizomsperre hindert die Pflanze, sich an ungewünscht rasant auszubreiten.

### **Mespilus germanica – Mispel**

Hier wird die Geduld etwas auf die Probe gestellt. Die Früchte nach dem ersten Frost ernten und noch einige Wochen lagern. Erst dann wechseln sie von ihrer steinharten Konsistenz in eine zu verarbeitende weiche.

### **Morus – Maulbeere**

Ob frisch, getrocknet oder eingekocht – einfach nur lecker. Die Früchte reifen ca. Juli- Aug.

### **Prunus spinosa- Schlehe**

Die Früchte der Schlehe reifen bereits im September, sollten aber erst nach dem ersten Frost geerntet werden. Lecker als Marmelade, Gelee, Saft oder Likör

### **Rubus phoenicolasius - Japanische Weinbeere**

Die süß-aromatischen Früchte ähneln der Himbeere sind aber orangerot. Die Reifezeit ist Juli- Sept.  
Das Ernten der Früchte ist eine pieksige Angelegenheit, dafür sind die Früchte nahezu wurmfrei!!

### **Sorbus aucuparia 'Edulis' – Vogelbeere**

Auch wenn sie in ihrem Knallrot so aussehen, als wären sie giftig – sie sind es nicht!  
Eingekocht zu Marmelade, Gelee oder Kompott aber auch roh essbar eine absolute Vitamin C-Bombe.  
Die Sorte Edulis ist bitterstoffarm.

Dies ist eine kleine Auswahl eher ausgefallener essbarer Gehölze aus unserem Sortiment.  
Natürlich finden Sie bei uns auch ein breites Sortiment an Obstgehölzen und Beerensträuchern.