



Der Holunder - unseren Großeltern war der Heilwert dieser alten Kulturpflanze noch sehr wohl bewusst

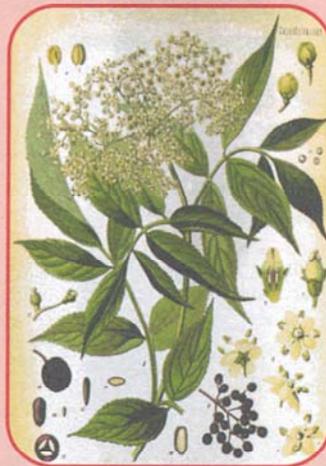
Zum Tag der Regionen am 1. Oktober 2006 wird der Holunder im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehen

Früher war der schwarze Holunder (*sambucus nigra*) in unserer Region ein beliebter Hausbaum. Fast in jedem Garten war er zu finden, denn kaum eine andere Pflanze ließ sich so vielseitig und umfassend nutzen.

Blüten, Blätter, Früchte, Triebe, Rinde, Holz, selbst das Mark und die Wurzeln boten Wertvolles. Entsprechend groß war das Wissen um die Verwendbarkeit. Im Zuge des gestiegenen Gesundheitsbewusstseins und der natürlichen Ernährung ist das Interesse an diesem Wildobst in den letzten Jahren enorm gestiegen. Der Wissensschatz um diese „Gesundheitsfrucht aus Großmutterns Zeiten“ soll nicht verloren gehen. Deshalb soll der Holunder bei uns zum Tag der Regionen im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehen. Bitte, tragen auch Sie zur Renaissance der alten Kulturpflanze bei. Über eine Heilanwendung dieser Hausapotheke berichtet ein Börderoman. „Palm Kleinau“ wurde 1918 von August Uhle geschrieben und spielt in der Zeit des 30jährigen Krieges.

Aus der sorgsam abgeschabten Rinde der frischen grünen Triebe wurde eine entzündungshemmende Wundsalbe hergestellt. Der Romanheld erzählt: „Der Holunder... das ist ein Baum, wie ihn unser Herrgott in seiner Weisheit nur einmal für uns notleidende Menschenkinder geschaffen hat. Jetzt begriff ich erst, warum die Frauen einen Knicks machten und die

Männer ihre Mütze abnehmen, wenn sie an einem Keitschbaum vorüber gehen, denn an ihm ist alles gut und heilsam. Seine Blüten geben einen Tee, der wider allerlei Gebrechen wirkt, seine Beeren reinigen das alte Blut und nun sah ich, dass der heilende Balsam aus seiner Rinde meinen Vater vom Tod errettete“



Der Holunder wächst baum- und strauchartig und hatte viele Namen. In der Börde heißt er noch Keitschbaum, Flieder, Keilken, Holderbusch oder Holler. Er bevorzugt nährstoffreichen Boden. Aus diesem Grunde ist er in unserer Region weit verbreitet und wird hier oftmals als lästiges Unkraut empfunden. Die Beeren des schwarzen Holunders werden im September geerntet. Sie enthalten auffal-

lend viele Mineralstoffe und Vitamine. Dank des hohen Gerbsäuregehaltes sind die Vitamine überaus stabil. Bioaktive Substanzen, wie Ballast-, Gerb- und Farbstoffe liefern Gesundheit pur. Aminosäuren und Glykoside stärken Herz und Kreislauf. Entzündungshemmend wirken die ätherischen Öle. Durch diesen gesundheitlichen Aspekt nimmt Holunder unter den Wildfrüchten einen hohen Stellenwert ein. In einigen Regionen wird er wieder gewerbsmäßig als Kultursorte angebaut.

Aus den herrlich duftenden Blüten - frisch und getrocknet - lassen sich heilsame Tees, erfrischende Getränke, wie Blütenmilch, Sekt oder Bowle und dekorative Süßspeisen herstellen.

Die reifen Beeren, die wie edle schwarze Perlen glänzen, ergeben aromatische Konfitüren, Gelees, Kompott, Saft, Likör und Schnaps.

Das helle Holz dient zu Schnitz- und Drechslerarbeiten.

Natürlich ranken sich um einen Baum mit so vielen guten Eigenschaften phantasievolle Geschichten und Legenden, in denen sich die Wünsche und Sehnsüchte der Menschen widerspiegeln. Wen wundert es also, dass seine „magischen Kräfte“ auch in Liebesangelegenheiten eine Rolle spielen. „Weißer Holunder blüht wieder im Garten, als über's Jahr glücklich ich war. Nun wächst der weiße Holunder, das Jahr ist vorbei,

ich glaub an das Wunder von Liebe und Treu...“ so heißt es in einem Lied.

Sind Sie von der alten Kulturpflanze Holunder genauso fasziniert wie wir?

Sind Sie begeisterter Koch oder begeisterte Köchin und haben Rezeptideen?

Sind Sie handwerklich begabt und können aus dem Holz schnitzen oder dreheln?

Können Sie sich den Anbau von Kulturholunder als Nischenprodukt vorstellen?

Alles, rund um den Holunder und was aus ihm hergestellt werden kann, interessiert uns. Wir suchen aber auch Geschichten, Gedichte, Lieder und Tipps aller Art.

Bitte bereichern Sie mit Ihrem Wissen, Ihren Ideen und Aktivitäten den Tag der Regionen!

Die Kreativ- Werkstatt für die Hohe Börde

Kontaktadressen:

Herr Weitz
39343 Rottmersleben
Hauptstraße 23
Telefon: 039206 / 5 36 72
(dienstags und donnerstags
von 13.00 16.00 Uhr)

Frau Duchrow und Herr Buhr
August-Bebel-Str. 14
39167 Niederndodeleben
Telefon: 039204 / 6 62 58