



KRÖTI

Frühjahr 2018
Heft 5



Natur erleben und schützen
in der Schuntersiedlung

Hauptthema
Wildkräuter zum Essen

Vorwort

Unser kleines Kröti-Heft geht nun schon in die fünfte Ausgabe. Und wir freuen uns, dass so viele gute Rückmeldungen zu uns kommen. Ca. 100 Stück werden jedes Mal gedruckt. Außerdem ist es immer unter

www.schuntersiedlung-online.de
nachzulesen.

Die Natur braucht mehr als früher Menschen mit mutigen Herzen, tatkräftigen Händen und verbindende Gedanken.

Wir machen weiter. Seht und lest selbst.

*Yoga Tara Harborth
und Ilona Meschke*

Krötenzäune nicht nur am Krötenwechsel

Das Kröti hat ja als Logo und Paten die besondere Knoblauchkröte, die in der Schuntersiedlung zu Hause ist. Nun werden zu ihrem Schutz von der Firma Döring bei den Tiefbauarbeiten, dem Verlegen neuer Abwasserrohre, Krötenzäune aufgestellt, Ein guter Schutz für die Kröten, aber auch für Igel und andere Tiere.



Vorschläge für die Gestaltung des Genossenschaftsbereichs in der Schuntersiedlung **Welche Wege gehen wir in Zukunft**

Wir, Yoga Tara Harborth und Ilona Meschke, folgten der Einladung von den Mitarbeitern der BBG-Verwaltung, Frau Eigert (*Leiterin Team 3*), Herrn Jung (*Gärtner*) und Herrn Sievers (*Vorstand*).

Wir redeten über schönere und ökologische Gestaltungsmöglichkei-

ten und beratschlagten über deren Umsetzung. Wir wünschten viele Veränderungen, beispielsweise:

- einen Ersatz der vielen gefällten Bäume zu pflanzen und den Boden ringsherum zu schützen
- nützliche einheimische hochwachsende Büsche pflanzen

- Nistkästen für Vögel und Fledermäuse (ev. integrierte) an die Hauswände
- Blühstreifen oder -kreise auf die großen Wiesen setzen
- mehr Laub für gesunde Böden und Bodentiere wie Igel liegen zu lassen
- Büsche und Stauden, die durch Bauarbeiten entfernt werden müssen, zum Mitnehmen an Interessierte bereits gelegt werden
- bei Baum- und Strauchschnitt oder gar Fällungen mit Angabe von Gründen früher informieren
- variable Mietverträge der neu gebauten Häuser, um die Gestaltung der Gärten zu ermöglichen

Nun werden wir sehen, was wir davon gemeinsam umsetzen können.

Unser Thema für das Frühjahr 2018: Wildkräuter zum Essen

Guten Tag!



Verwechslung ist möglich mit
Bärenklaus oder Großer Bibernelle

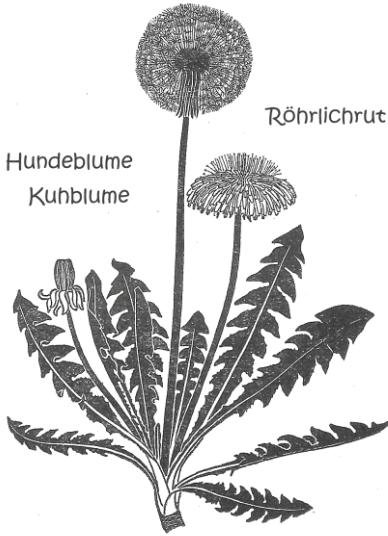
Sicher kennen Sie mich schon – wenn auch nicht von meiner Genuss-Seite: mein Name ist Giersch, manche nennen mich auch Geißfuß und anders (s.u.), die Botaniker

Aegopodium podagraria. Ich höre die schlimmsten Dinge über mein Wuchsverhalten: „wuchert!“, „breitet sich schrecklich aus!“, „unterdrückt alles Andere!“, „erobert den ganzen Garten!“, „ist unausrottbar!“

Wie alle anderen Lebewesen wachse und gedeihe ich, wenn ich mich wohl fühle. Und am wohlsten fühle ich mich im nährstoffreichen, feuchten Halbschatten, wenn der Boden um mich herum nicht bearbeitet wird. Zu meinem Glück fehlt eine solche Stelle in keinem Garten. Hier bin ich zu Hause! Meine unterirdischen Ausläufer kann ich in alle Richtungen schicken, und aus jeder Sprossknospe wächst eine scheinbar neue, später eigenständige Pflanze.

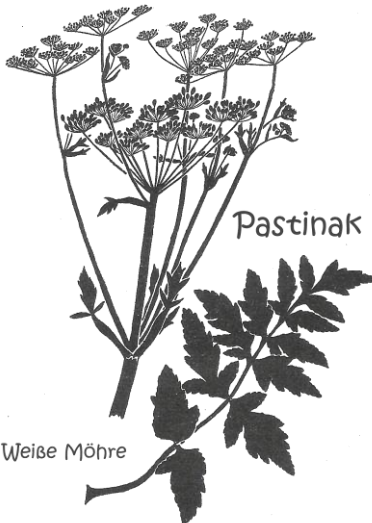
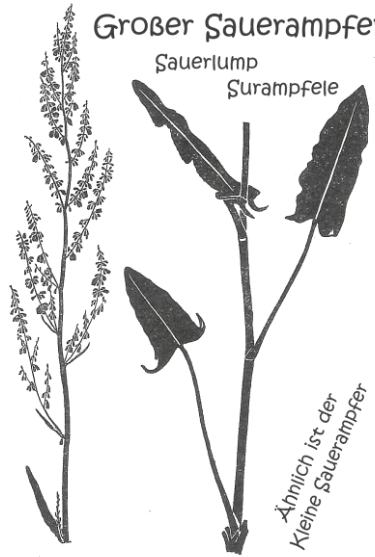
- (weiter s. S. 6)

Echter Löwenzahn



Verwechslung möglich mit
Rauem Löwenzahn

Großer Sauerampfer



Verwechslung ist möglich mit Großer Bibernelle
und Bärenklau

Schlangenknöterich



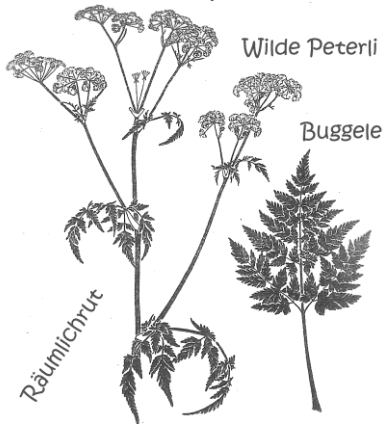


Kleiner Wiesenknopf



Ähnliche Blätter hat der Große Wiesenknopf
und die Kleine Bibernelle

Wiesenkerbel



Verwechslung möglich mit Kümmel



Wenn man mich und meine Umgebung nun weiter nicht beachtet, geht es mir am besten und ich kann meine weißen Doldenblüten mit den kümmelartigen Früchten ausbilden. Aber dieser Vermehrungsweg ist eher unbedeutend. Leistungsfähiger ist die vegetative Ausbreitung.

Doch warum soll man sich über mich ärgern, wenn man mich auch essen kann? Besonders die jungen, zarten Blätter während der Entfaltung haben einen würzigen Geschmack zwischen Petersilie und Karotte, der einen Salat bereichern kann. Ebenso würzig sind meine noch unreifen Früchte. Auch zu Kräutersuppen oder spinatartigen Gemüsen und Füllungen – allein oder zusammen mit Brennesseln, Löwenzahn, Sauerampfer, Spinat – kann man mich nutzen.

Mein Name „Geiß-“ oder „Ziegenfuß“ weist auf die ungleichmäßig abgespreizten Teilblätter hin, die Namen „Zipperlein-“, „Gicht-“, „Podagrakraut“ darauf, dass man

mich seit alters her zur Blutreinigung und gegen Gicht und Rheuma zu Hilfe genommen hat. Allerdings sollten gezielte Heilbehandlungen immer in Absprache mit einem Arzt erfolgen.

Wegen meiner Blütenstände zählt mich der Botaniker zur Pflanzenfamilie Apiaceae = Doldenblüter. Zum Programm von wildesskraut gehören neben mir noch 18 weitere Arten wie z.B. Dill, Kerbel, Anis aus dieser Verwandtschaft. Zu meiner Familie zählen aber auch so giftige Gesellen wie der Gefleckte Schierling, Conium maculatum, eng verbunden mit dem Lebensende des griechischen Philosophen Sokrates im Jahre 399 v.u.Z. Deshalb werden Sammlungsanfänger gewarnt, alle Doldenblüter besser stehen zu lassen. Wer allerdings die Gelegenheit hatte, Wiesenkerbel neben Schierling wachsen zu sehen und gründlich zu vergleichen, wird die beiden in Zukunft sicher auseinander halten können!

Andere Wildkräuter zum Essen!

Welche Gärtnerin hat nicht schon mal den „wild wuchernden“ Giersch in ihrem Garten verflucht? Besonders wohl fühlt er sich im feuchten, nährstoffreichen Halbschatten, meist hinten in einer Ecke, wo die Gärtnerin nicht so oft hin kommt. Er durchzieht mit seinen Ausläufern die oberen 10 cm des Bodens, bildet mit seinen Ziegentrifförmigen (daher auch der

Name „Geiß-“, oder „Ziegenfuß“) Blättern im Frühjahr ein dichtes Dach über den Boden, welches mögliche Konkurrenzpflanzen ausschaltet. Zum Sommer hin erscheinen über dem Blätterdach hübsche weiße Doldenblüten, die würzig schmecken, ebenso wie die daraus erwachsenden unreifen Spaltfrüchte.

Damit sind wir beim Geschmack angekommen: junge Gierschblätter liegen im Geschmack zwischen Petersilie und Karotte. Sind sie etwas älter, kommt leichte Strenge des Sellerie hinzu. Hitze und Frost machen die Blätter empfindlich, also halten sie unter solchen Einflüssen nicht lange bis zum Essen. Werden sie älter, bekommen sie eine dunkelgrüne Farbe und werden hart – also vorher essen! Haben sie die Genießbarkeit überschritten, kann die Gärtnerin dem Giersch mit Sense, Sichel oder Rasenmäher zu Leibe rücken. Das Ergebnis: nach 2 bis 3 Wochen stehen wieder die schönsten jungen Blätter zum Ernten für den nächsten Salat zur Verfügung, gerade in der Entfaltung, und das bis weit in den Sommer hinein!

Ich möchte jetzt nicht empfehlen, einen reinen Gierschsalat zubereiten und anbieten zu wollen. Das wäre doch etwas streng, eintönig und asketisch und kommt vermutlich nicht so gut an. ... - ... Aber in der Mischung mit anderen Wildkräutern oder auch Kultur-Salaten bringt der Giersch eine interessante Würze in den Salat ein, die ich nicht mehr missen möchte!

Während der Kräuter-Suche sollten wir selbstredend ausreichenden Abstand zu begangenen Wegen halten, bei dichterem Gestrüpp reichen schon ein paar Meter.

Als weitere Komponenten für einen Wildkräuter-Salat kann ich

mir vorstellen, in der Schunteraeue oder ihrer Nähe zu finden:

- Löwenzahn
- Pastinak
- Sauerampfer
- Schlangenknöterich
- Spitzwegerich
- Wiesenkerbel
- kleiner Wiesenknopf
- Wiesenschaumkraut

Die Zusammensetzung ergibt sich dann aus dem von uns bevorzugten Weg und der Ergiebigkeit der gefundenen Bestände.

Falls uns – gerade in der Anfangszeit der Gewöhnung an den Verzehr der Wildkräuter – die gesammelte Würze doch zu intensiv erscheint, sollten wir entspannt und pragmatisch Kultur-Salate als „Verdünner“ in der von uns gewünschten Menge hinzu setzen.

Als Vinaigrette bevorzuge ich (Balsam-) Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer. Möglicherweise finden sich im Garten oder auf dem Balkon essbare Blüten von Kapuzinerkresse, (Horn-) Veilchen, Borretsch, Malven u.v.m. zum optischen Auf-Peppen. Hierfür nur selbst gesäte Pflanzen nehmen – oder sich vorher vergewissern, dass die Pflanzen nicht mit Pestiziden gespritzt worden sind!

*Heiner Schrobbsdorff
aus der Südstadt
www.wild-ess-kraut.de*

Drei Führungen durch die Schuntersiedlung

Der Mai hat es in sich, in der Natur und auch bei unseren Führungen bzw. Rundgängen.

- Am **Sonnabend, den 12. Mai 2018** ist die **Vogelstimmenführung mit Heidi Barthels**. **8.30 Uhr** geht es auf dem Bolzplatz am Jasperhaus los. Wer ein Fernglas hat, gerne mitbringen.
- Die zweite Führung ist am **Dienstag, den 22. Mai 2018** wieder mit **Frank Hallmann**. Er berichtet über **Fledermäuse** und erklärt uns die **Detektoren**.

Um **20.00 Uhr** fangen wir im Garten der Riekestraße 13 an, und in der Dämmerung geht die Reise los.

- Am **Sonnabend, den 26. Mai 2018** ist der **Wildkräuterspaziergang** durch die Siedlung. Mit **Heiner Schrobsdorff** erkunden wir das essbare Grün. **15.00 Uhr** beginnt der Rundgang in der Riekestraße 13.

Alle sind herzlich eingeladen etwas zu entdecken. Um eine kleine Spende wird gebeten.

Nicht alles ist rosarot

Wir wollen in diesem Heft das Gute hervor heben.

Doch der Umgang der BBG-Verwaltung mit dem Gärten in der Simonstraße 2 bis 6 wollen wir so nicht akzeptieren.

Jeder Baum, jeder Busch und jede Hütte wurde entfernt. So

soll die Umgestaltung unserer Siedlung nicht aussehen.

Es ist wichtiger denn je, Verantwortung zu übernehmen, und in unserer Genossenschaft miteinander zu reden.

Kontakt:

Texte – wenn nicht anders vermerkt:
Yoga Tara Harborth
Riekestraße 13, 38108 Braunschweig

Gestaltung:

Ilona Meschke
hikassandra@gmx.net