

## Holunder - eine natürliche Hausapotheke



21 verschiedene Sorten Holunder sind bisher bekannt. Bei uns am häufigsten Verwendung findet der „schwarze Holunder“. Früher war der Strauch in jedem Hausgarten zu finden. „Vor dem Holunder musst du den Hut ziehen“ lautet ein altes Sprichwort, denn schon unsere Vorfahren wussten um den Nutzen der Pflanze für Mensch und Tier. Sowohl in der Küche als auch in der Medizin findet der Holunder heute seine Verwendung.

### Hätten Sie es gewusst?

richtig falsch

Ein anderer Name für den Holunder ist Flieder!		
Wühlmäuse lieben Holunder!		
Vom Holunderbaum sind ist alles verwertbar!		
Holunderbeeren sind in rohem Zustand ungenießbar!		
Die Äste des Holunders sind durchgehend aus hartem Holz!		
Holunderbeeren werden von Mai bis Juli gesammelt!		
Holunderblüten sind große, Tulpen ähnliche Blüten!		
Hollerkücherl sind in Teig getauchte und in Fett ausgebackene Holunderblüten!		
Schon der „Wasserpfarrer Sebastian Kneipp“ empfahl seinen Patienten Holunder!		
Holunderblütentee treibt den Schweiß!		

## Auflösung:

**Frage 1: richtig** - Holunder hat zwar keine Ähnlichkeit mit dem Zierflieder, wird jedoch auch Flieder genannt. Weitere Namen für den Holunderbaum sind: Hollerbusch, Mausflieder, Quebeke, Zickenblüten oder Elderbaum und noch viele mehr.

**Frage 2: falsch** – Eine Jauchelösung aus Holunderblätter im Verhältnis 1:20 in den Wühlmausgang gegossen vertreibt die Mäuse. Ausserdem kann man damit seine Rosenstöcke vor Blattlausbefall und Mehltau schützen.

**Frage 3: richtig** - Von den Blüten, den Früchten, den Blättern, der Wurzel und selbst der Rinde kann alles verwendet werden.

**Frage 4: richtig** – die rohen Beeren des Holunders enthalten das Blausäureglykosid Sambunigrin. Dieser Wirkstoff wird geringfügig giftig eingestuft und kann Darmverstimmungen und Übelkeit verursachen. In gekochtem Zustand sind die fast schwarzen Beeren gut bekömmlich.

**Frage 5: falsch** – im Inneren der Äste befindet sich ein schwammiges, weißliches Mark. Die kleinen Äste lassen sich gut aushöhlen. Kinder schnitzten sich früher Flöten aus ihnen.

**Frage 6: falsch** - Je nach Standort reifen die Beeren von Ende August bis Anfang Oktober.

**Frage 7: falsch** – der Holunder bildet große Dolden mit vielen, kleinen sternförmigen Blüten aus.

**Frage 8: richtig** – Hollerkücherl sind in Bayern eine weit verbreitete Delikatesse

**Frage 9: richtig** - Kneipp empfahl bei Erkältungskrankheiten oder auch bei Hautausschlägen Holundertee zu trinken.

**Frage 10: richtig** – Bei Grippe und Erkältung werden Holundeb Blüten als „Schwitztee“ eingesetzt. Dafür die Blüten mit 1/2l kochendem Wasser überbrühen und 10 Minuten ziehen lassen.

Holunderblütentee ist außerdem für seine blutreinigende und entwässernde Wirkung bekannt. Sowohl bei Gicht und Rheuma, als auch bei Hautkrankheiten fördert er das Ausscheiden von Giftstoffen, was den Heilungsprozess unterstützt.

Ihr Team vom Gartenbauverein Otzing