

# Wildobst – Vitamine pur aus dem eigenen Garten

Die Auswahl an interessanten Pflanzen für den Garten ist fast unüberschaubar groß. Neben den klassischen Zierpflanzen, die durch außergewöhnlich gestaltete Blüten, Blätter oder Früchte überzeugen, gibt es die altbekannten Nutzgehölze, die den Gartenfreund mit üppigen Erträgen wohlschmeckender, leckerer Früchte belohnen.

Doch zwischen diesem Angebot gibt es noch eine dritte Gruppe von Pflanzen, die sich zunehmender Beliebtheit im Garten erfreut: Gemeint sind die fruchttragenden Wildgehölze für den Garten. Neben dem Zier- und Nutzwert haben alle Wildobstarten einen hohen ökologischen Wert, da sie der heimischen Tierwelt ein breites und abwechslungsreiches Nahrungsangebot bieten.

Zu Wildobst bzw. Wildfrüchten zählt man Pflanzen, die bisher weitestgehend ohne züchterische Bearbeitung in ihrem Ursprungszustand vorhanden sind.

Einige dieser Gehölze stammen aus der Region oder sind schon seit Menschengedenken bei uns heimisch. Deshalb haben sie auch noch ihre ursprüngliche Robustheit und Widerstandsfähigkeit gegenüber Krankheiten und Schädlingen, was sie natürlich für eine Nutzung im Garten sehr interessant macht.

Diese positiven Eigenschaften haben die Wildobstarten auch für die Züchtung interessant gemacht. Von vielen Arten liegen gezüchtete Formen und Sorten vor, die besonders ertragreich sind und im Vergleich



Mit Wildobst im Garten ist der Tisch für Mensch und Tier reich gedeckt

Fotos (6): Buchter-Weisbrodt

zur Wildform Früchte liefern, die sich besser für eine Verwertung eignen (siehe Tabelle).

### Welche Wildobstarten sind für den Garten geeignet?

Die Liste der Wildgehölze ist lang und vielfältig. Doch vor dem Pflanzen muss der Platzbedarf geklärt werden, damit es im Hinblick auf die Größe keine bösen Überraschungen gibt.

Wildobstarten sind nicht auf schwachwachsende Unterlagen veredelt und wachsen meist strauch- oder baumartig. Damit sich die Früchte optimal entwickeln können, sollten die Gehölze einzeln mit ausreichendem Platz gepflanzt werden. Viele Arten eignen sich auch für freiwachsende Hecken, entwickeln hier aber oft nicht so viele Früchte.

Besonders in den Weinanbaugebieten Deutschlands, aber zunehmend auch in den angrenzenden Regionen, sind einige wärmeliebende Wildobstarten schon lange beheimatet und gehören dort zu den landschaftsprägenden Gehölzen. Sie zeichnen sich durch ihren Blüten- und Fruchtschmuck aus, sind recht robust, anspruchslos und pflegeleicht.

So bieten essbare Mandeln nicht nur wohlschmeckende, aromatische Früchte, sondern verzaubern den Garten mit einer frühen, üppigen Blütenpracht. Der intensive Duft der Esskastanienblüte ist unvergleichlich, die Früchte werden zur Zeit der Weinlese geerntet.

Die Mispel bildet imposante, große Sträucher mit herrlichen, cremeweißen Blüten und dekorativen Früchten. Der Speierling wird in der Literatur als einer der schöns-



Die Früchte der Kornelkirsche enthalten sehr viel Vitamin C



Wertvoller Vitamin-C-Lieferant: die Früchte der Zierquitte



Vogel und Mensch schätzen die Früchte der Apfelbeere



Die Früchte der Mispel lassen sich zu Gelee und Marmelade verarbeiten



Schlehen sind ökologisch sehr wertvoll, ihre Früchte sind vielseitig verwendbar

ten Laubbäume Europas beschrieben. In den Weinbaugebieten Südwestdeutschlands standen einst Hunderte dieser einzigartigen Gehölze.

### Vitamin-C-Bombe, Farbstoff oder Saft – Vieles ist möglich

Die Verwertungsmöglichkeiten von Wildobst sind vielfältig. Ihr ganzes Potenzial entfalten sie nach einer Verarbeitung zu Saft, Marmelade oder Gelee, nach Trocknung oder nach Verarbeitung zu Spirituosen.

Viele Früchte eignen sich auch sehr gut als Beigabe zu Müsli oder Joghurt. Als echte „Vitamin-C-Bomben“ kann man Sanddorn und die wilde Heckenrose bezeichnen: Die Früchte enthalten mitunter bis zu 900 mg Vitamin C je 100 g! Das ist gewaltig, bedenkt man, dass Orangen, für viele der Inbegriff für hohen Vitamin-C-Gehalt, weit weniger als ein Zehntel dieses Wertes erreichen!

Ganz andere Vorzüge hat die Esskastanie: Hier stehen weniger die Vitamine im Vordergrund als die Kohlenhydrate. Vor der Einführung der Kartoffel waren die Esskastanien wichtige Stärkelieferanten. Wer also genügend Platz im Garten hat und auf der Suche nach wirkungsvollen und imposanten Bäumen ist, sollte sich Esskastanie, Maulbeere, Speierling und Co. ruhig einmal näher ansehen.

Wildfrüchte können frisch genossen oder zu individuellen Gerichten veredelt werden. Auf jeden Fall sind Genuss und Zubereitung etwas ganz Besonderes – denn wer hat seinen Gästen schon einmal ein Mus aus Speierlingfrüchten serviert, zum Dessert frisch gefrostete,

eigene Mispeln angeboten (unverwechselbar köstlich!) oder selbst geerntete Kastanien zum Wildgericht kredenzt? Also, die Empfehlung lautet: einfach einmal ausprobieren!

Werner Ollig,  
Gartenakademie Rheinland-Pfalz

| Deutscher Name                      | Lateinischer Name / Sorte   | Wuchsform, Höhe                          | Verwertungsmöglichkeiten (Auswahl)   |
|-------------------------------------|---|--|--|
| Kiwi                                | <i>Actinidia chinensis</i> 'Jenny' und 'Hayword'                        | Kletterstrauch (Schlinger), starkwüchsig | Frischverzehr  |
| Kiwi                                | <i>Actinidia arguta</i> 'Issai'   | Kletterstrauch (Schlinger), starkwüchsig | Frischverzehr  |
| Felsenbirne                         | <i>Amelanchier lamarckii</i> 'Ballerina'                                | Strauch, 3–4 m                           | Frischverzehr, Saft, Gelee   |
| Schwarze Apfelbeere                 | <i>Aronia melanocarpa</i> 'Aron' und 'Viking'                           | Strauch, 2–3 m                           | Saft, Sirup, Marmelade, Dörrobst   |
| Scheinquitte, Japanische Zierquitte | <i>Chaenomeles japonica</i> 'Cido'                                      | Strauch, 1–2 m                           | Marmelade, Gelee, Likör  |
| Kornelkirsche                       | <i>Cornus mas</i> 'Jolico', 'Schönbrunner Gourmet Dirndl', 'Titus' u.a. | Strauch/Baum, 5–8 m                      | Gelee, Marmelade, Saft, Likör  |
| Hasel                               | <i>Corylus avellana</i> 'Halle-sche Riesen', 'Webbs Preisnuss' u.a.     | Strauch/Baum, 4–6 m                      | Frischverzehr, Kuchen  |
| Sanddorn                            | <i>Hippophae rhamnoides</i> 'Hergo' und 'Pollmix'                       | Strauch, 2–3 m                           | Gelee, Marmelade, Saft, Likör, Wein  |
| Gemeiner Bocksdorn                  | <i>Lycium barbarum</i> 'Sweet Lifeberry' und 'Goji'                     | Strauch, 2–4 m                           | Verzehr getrockneter Früchte, Saft   |
| Mispel                              | <i>Mespilus germanica</i>   | Strauch, 3–6 m                           | Gelee, Marmelade, frisch genießbar nach dem Frost, essbar nach längerer Lagerung |
| Schlehe                             | <i>Prunus spinosa</i> 'Merzig' und 'Nittel'                             | Strauch, 2–4 m                           | Likör  |
| Apfelrose                           | <i>Rosa villosa</i> u.a. Rosa-Arten                                     | Strauch                                  | Tee, Gelee, Marmelade, Saft, Likör   |
| Schwarzer Holunder                  | <i>Sambucus nigra</i>   | Strauch, 3–6 m                           | Gelee, Marmelade, Saft   |
| Schwarzer Holunder                  | <i>Sambucus nigra</i> 'Haschberg'                                       | Strauch, 3–6 m                           | Gelee, Marmelade, Saft (im Vergleich zur Wildform besonders große Früchte)       |
| Roter Holunder                      | <i>Sambucus racemosa</i> 'Black Beauty'                                 | Strauch, 3–4 m                           | Gelee, Marmelade, Saft   |
| Chinesische Beerentraube            | <i>Schisandra chinensis</i>   | Kletterstrauch (Schlinger)               | Marmelade, Sirup, alkoholfreie Getränke, Likör, Tee                              |
| Speierling                          | <i>Sorbus domestica</i> 'Sossenheimer Riese'                            | Baum, 10–20 m                            | Zusatz zu Apfelwein, Marmelade, Gelee  |
| Essbare Eberesche                   | <i>Sorbus aucuparia</i> 'Edulis'  | Baum, bis 10 m                           | Saft, Marmelade, Gelee, Mus, Likör   |
| Amerikanische Heidelbeere           | <i>Vaccinium corymbosum</i> 'Bluecrop' und 'Goldtraube'                 | Kleinstrauch                             | Frischverzehr, Marmelade, Gelee  |

Tabelle: Auswahl an Wildobstarten und -sorten, die für den Garten besonders geeignet sind

### Impressum

#### Herausgeber:

Natur- und Umweltschutz-Akademie  
des Landes Nordrhein-Westfalen (NUA)  
Siemensstr. 5 • 45659 Recklinghausen  
Tel. 0 23 61/3 05-0 • Fax 0 23 61/3 05-33 40  
E-Mail: [poststelle@nua.nrw.de](mailto:poststelle@nua.nrw.de)  
[www.nua.nrw.de](http://www.nua.nrw.de)

Landesverband Westfalen und Lippe  
der Kleingärtner e.V.  
[www.kleingarten.de](http://www.kleingarten.de)

Landesverband Rheinland  
der Gartenfreunde e.V.  
[www.gartenfreunde-rheinland.de](http://www.gartenfreunde-rheinland.de)

#### Verlag:

Verlag W. Wächter GmbH, Bremen  
[www.waechter.de](http://www.waechter.de)

Nachdrucke (auch auszugsweise) nur nach  
Zustimmung der Herausgeber und Autoren.