



Das Wildobst-Arboretum im aargauischen Seetal.

WILDOBST

Ökologisches Superfood

Im Wildobst-Arboretum im Seetal wächst das Superfood von morgen: Sanddorn, Mispeln und vieles mehr. Aber was macht das wilde Obst so speziell und warum ist es ökologischer als herkömmliche Früchte?  GÜLPINAR GÜNES

Holunder kennt fast jeder: Die weissen Blüten duften herrlich und schmecken ebenso lecker als Sirup. Und dass man die dunklen Beeren roh nicht essen soll, das weiss auch jeder. Weniger bekannt ist allerdings, dass Holunder neben Maulbeeren, Sanddorn oder der Kornelkirsche zu den heimischen Wildfrüchten gehört und ökologisch äusserst wertvoll ist. Um die Bevölkerung über das heimische Gehölz zu informieren, engagiert sich der Landschaftsarchitekt Victor Condrau im Wildobst-Arboretum der Stiftung Kulturlandschaft Aare-Seetal in Hallwil und Dürrenäsch.

In Zusammenarbeit mit Pro Specie Rara hat Condrau an beiden Standorten Wildobst und deren zahlreiche Sorten aus ganz Europa gesetzt, von Felsenbirnen, Mispeln, Kirschpflaumen über Schwarzdorn, Weissdorn oder Wildrosen bis hin zu Holunder, Sanddorn oder Kirschpflaumen. Hier vermehrt er Gehölzarten, die kaum in Baumschulen erhältlich sind, und verarbeitet und verkauft die Produkte aus den Wildfrüchten. «Sie sind sehr robust und benötigen keinerlei Pflanzenschutzmittel», sagt Condrau. Aber was unterscheidet das Wildobst von herkömmlichen Früchten und warum wird so ein Hype um sie gemacht?

Warum gilt Wildobst als Superfood?

Wildobst heissen Pflanzen, deren Früchte essbar und züchterisch nur wenig bis gar nicht beeinflusst sind. Die Vermehrung erfolgt vegetativ, zum Beispiel mit Stecklingen, Steckhölzern oder Ausläufern. Man findet sie sowohl an Waldrändern als auch mitten in Städten oder in Parks. Kulturpflanzen wie Äpfel oder Birnen hingegen hat der Mensch für seine Bedürfnisse hochgezüchtet, um möglichst viel Ertrag und Geschmack herauszuholen. So unterscheidet sich Wildobst meist auch geschmacklich von alltäglichen Früchten, sie sind meist bitterer und weniger süss.

«Wildobst ist genetisch unverändert und enthält viele Vitamine.»

«Wildobst ist enorm gesund», sagt Condrau. «Es ist genetisch unverändert und enthält viele Gerbstoffe, Antioxydantien und Vitamine.» Das sei in hochgezüchteten Früchten weniger der Fall. Sanddorn beispielsweise enthält zehnmal mehr Vitamin C als Zitrusfrüchte und ausserdem Vitamin B12, das ansonsten vor allem in tierischen Produkten und Algen vorkommt. «Das macht die Früchte zu regelrechten Vitamin- und Mineralienbomben», so Condrau.

Warum ist Wildobst ökologisch wertvoll?

In Westeuropa ist mit der intensiven Landwirtschaft die Kenntnis über Wildobst mit der Zeit verloren gegangen. Erst mit Projekten rund um klimaresistente und artenfördernde Pflanzen ist man, ähnlich wie bei Hochstammbäumen, wieder auf das einheimische Gehölz gestossen. Ein Beispiel dafür ist das Projekt Arboretum im Seetal, das 2017 gestartet ist. «Davor haben sich nur wenige für Wildobst interessiert», so Condrau. Auch in St. Gallen gibt es mit dem Wildobst-Inforama Bestrebungen, das Wissen wieder in die Gegenwart zu holen. ● ● ●

Beliebtes einheimisches Wildobst



SANDDORN

Hippophae rhamnoides

GEWÖHNLICHE FELSENIRNE

Amelanchier ovalis

GEMEINE BERBERITZE

Berberis vulgaris

Beliebtes einheimisches Wildobst



KORNELKIRSCH

Cornus mas



MISPEL

Mespilus germanica



SCHWARZDORN

Prunus spinosa



Einheimisches Wildgehölz bietet nämlich diversen Tieren Unterschlupf und Nahrung. Wildbienen beispielsweise sind auf deren Blüten angewiesen, Vögel auf die Beeren, die ihnen vor allem im Herbst und im Winter als Nahrung dienen. Ausserdem nutzen sowohl Vögel als auch kleinere Säugetiere die Hecken und Sträucher für den Nestbau und suchen Schutz darin.

Des Weiteren ist Wildobst viel klimaresistenter als herkömmliche Obstsorten. «Es sind oft robuste Pflanzen, die trockene, heisse Sommer schadlos überstehen», sagt Condrau. Er habe diesen Sommer lediglich die Jungpflanzen ein- bis zweimal wässern müssen. Auch Pflanzenschutzmittel brauche es bei der Pflege der Sträucher und Bäume im Privatgarten nicht. Das Wildgehölz wehrt sich natürlich und erfolgreich gegen Schädlinge.

Kann ich Wildobst im Garten haben?

In privaten Gärten können Kirschlorbeerhecken oder ähnliche Neophyten durch Wildgehölz ersetzt werden und sind dort sogar zur Förderung der Biodiversität gerne gesehen. «Es ist mir ein Anliegen, dass mehr Menschen diese Pflanzen im Garten haben», sagt etwa Condrau, der sein Wissen über Wildobst im Rahmen von Führungen und Degustationen an Interessierte weitergibt. Die Kornelkirsche sei etwa ein guter Ersatz für die nicht heimische Forsythie. Sie hat ebenfalls gelbe Blüten, aber zusätzlich essbare Beeren.

Ausserdem eigne sich Wildgehölz für jeden Garten, da es relativ anspruchslos sei. «Sie mögen nur keine Staunässe im Boden und manche mögen es etwas trockener als andere», sagt Condrau. Er empfiehlt, kleine Naschhecken einzurichten, wo man die Früchte frisch ablesen und direkt essen kann.

Was kann ich mit der Wildobst-Ernte tun?

Ausgenommen von Holunderbeeren, Ebereschen und Hagebutten können die meisten Wildfrüchte roh gegessen werden. Wer sie länger geniessen möchte, verarbeitet sie zu Konfitüren, Sirups oder backt beispielsweise Kuchen damit. Condrau selbst verarbeite die Früchte aus dem Arboretum in Dürrenäsch zu Fruchtweinen, Likören, Schnaps oder zu Shrub, einem alkoholfreien Sirup auf Essigbasis.

Die Ernte ist je nach Obstsorte zwischen Anfang Juni und Ende Oktober. Einige Sorten wie die Mispel sollte man aber erst nach dem ersten Frost ernten, da sich das Aroma und die Konsistenz danach nochmals verändern und die Frucht geniessbarer wird. Wenn man allerdings nicht riskieren möchte, dass die Vögel die ganze Ernte wegfressen, kann man die Früchte vorher ernten und vor dem Essen oder Verarbeiten in den Tiefkühler legen. ●

Hilfestellungen gibt es unter wildobst.ch.