



## Naschobst für Kinder

Stell dir vor, du spazierst durch den Garten und die Früchte wachsen dir geradezu in den Mund wie im Schlaraffenland. Beim Vorbeigehen pflückst du direkt vom Strauch und naschst süße Beeren.

### Ein schöner Traum?

Nein, dieser Traum kann Wirklichkeit werden! Pflanz dir einfach Naschobst in den Garten. Es gibt sogar spezielle Sorten, die für Balkon und Terrasse geeignet sind. Mit der richtigen Pflege, kannst du den ganzen Sommer bis in den Herbst hinein leckere, reife Früchte ernten. Obendrein enthält Naschobst viele Vitamine und ist sehr gesund!

## Naschobstparade


Die Auswahl an Naschobst ist groß. Welche Früchte hättest du gerne im Garten, auf dem Balkon oder der Terrasse? Kennst du alle Früchte und Beeren? Versuche das Rätsel auszufüllen.

Lösung

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---



## Floris Naschobst-Schnabulier-Kalender

Flori hat eine Tabelle für dich gemacht. Du siehst, wann das Obst zum Schnabulieren reif ist. In den Monaten mit dem Symbol , kannst du reife Früchte ernten. Kreuze dein Wunsch-Obst an und markiere die Auswahl farbig mit einem Leuchtstift. Die Sterne verraten dir, wie viel gärtnerische Erfahrung du für das Naschobst brauchst. Bestimmt hilft dir ein Erwachsener bei der Auswahl und beim Anbau im Garten.

Wunschliste Kreuze an: <input type="checkbox"/>	Auswahl	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	Garten- erfahrung
<input type="checkbox"/>	Himbeere							★★
<input type="checkbox"/>	Garten-Erdbeere							★★
<input type="checkbox"/>	Wald-Erdbeere							★
<input type="checkbox"/>	Rote Johannisbeere							★
<input type="checkbox"/>	Schwarze Johannisbeere							★
<input type="checkbox"/>	Stachelbeere							★
<input type="checkbox"/>	Brombeere							★★★
<input type="checkbox"/>	Kultur-Heidelbeere							★★
<input type="checkbox"/>	Honigbeere							★
<input type="checkbox"/>	Felsenbirne							★
<input type="checkbox"/>	Kornelkirsche							★
<input type="checkbox"/>	Mini-Kiwi							★

Gartenerfahrung: \* für Gartenanfänger \*\* für Gärtner mit Erfahrung \*\*\* für Gartenprofis

## Vorweg einige Tipps zur Reife und Verwertung

- ▶ Reifes Naschobst aus dem Garten hat das beste Aroma.
- ▶ Nasche am besten regelmäßig die reifen Früchte.
- ▶ Reife Früchte fallen einem fast in die Hand. Sie lassen sich sehr leicht pflücken.
- ▶ Weiche Früchte mit intensiver Farbe sind reif.

Überreife Früchte schmecken nicht. Sie sind sehr dunkel und fast matschig. Früchte genau anschauen, solche mit Knabberstellen, Maden oder grauen Stellen nicht essen. Reifes Naschobst kannst du direkt von der Pflanze essen, du kannst daraus aber auch viele tolle Sachen zaubern, z. B. ein Beerengesicht oder geeiste Früchte:

### Beerengesicht



**Zutaten:** Toastbrot, 250 g Quark (40 % Fett), 1 reife Banane, ½ Teelöffel Vanillezucker oder Honig, verschiedene Beeren

Schäle die Banane und zerdrücke sie mit einer Gabel. Gib den Quark, das Bananemus und den Vanillezucker in eine Schüssel. Vermische alles gut. Den Quark streichst du dick auf ein getoastetes Toastbrot. Dann legst du mit den Beeren ein Gesicht. Mit Toastkrümel streust du Haare.

### Geeiste Früchte

Leg verschiedene Beeren auf einen flachen Teller und stell diesen in die Gefriertruhe. Wenn sie gefroren sind, kannst du die Beeren in eine Tüte umfüllen. So kannst du die Beeren bei Bedarf, z. B. für eine Erfrischungs-Limo, einzeln aus dem Gefrierschrank holen.



## Naschobst kennenlernen

### Himbeere



Ich bin die „Wilde Himbi“ – ein leckeres Früchtchen. In der freien Natur bin ich bekannt als Waldpionier, denn auf neuen Waldlichtungen pirsche ich mich dank meiner Ausläufer vor und besiedle diese Stellen. Auch an Waldrändern findest du mich, weil dort die Erde humos und durchlässig ist – das liebe ich.

Ich bilde Ruten mit feinen Stacheln. Daran befinden sich die gefiederten Blätter, die oberseits grün sind und unterseits weiß schimmern. Meine unscheinbaren Blüten werden gerne von Schmetterlingen und anderen Insekten besucht. Viel Sonne und ausreichend Wasser brauche ich, damit später schöne Früchte erscheinen. Die wilden Himbeerfrüchte sind klein und himbeerrot. Der Mensch hat sie schon immer geschätzt und gesammelt. Die Gartensorten sind dahingegen richtiger Luxus. Sie haben viel größere Früchte in den Farben rot, gelb und sogar fast schwarz. Da macht das Naschen doppelt so viel Spaß! Für eine gute Ernte ist die Pflege wichtig. Gieß mich nach der Pflanzung regelmäßig. Waren an den Himbeerruten einmal Früchte, kann man diese einfach knapp

über dem Boden abschneiden. Wählt man früh-, mittel- und spätreifende Sorten, kannst du von Juni bis September ernten. Ich nehme es nicht krumm, wenn du mich etwas vernachlässigst, wundere dich dann aber nicht, wenn du bald ein kleines „Himbeerwäldchen“ hast.

### Gut zu wissen

**Höhe:** 100–200 cm  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten  
**Pflanzenbedarf:** 2 Pfl./laufender m  
**Boden:** locker und sandig, ohne Staunässe, vor der Pflanzung Kompost einarbeiten  
**Sorten:** Elida, Meeker, Rubaca, Schönemann, Tulameen, Tula Magic  
**Herbsthimbeeren:** Autumn Bliss, Golden Bliss, Himbo Top, Polka, Aromaqueen  
**Ernte:** junge Blätter ganzjährig, Früchte Ende Juni bis September  
**Pflanz- und Pflgetipps:** Himbeeren in Reihen pflanzen und an einem Drahtgerüst befestigen, Neupflanzung gießen, Wildwuchs um die Himbeeren regelmäßig entfernen, abgetragene Ruten nach der Ernte abschneiden.



### Nascherlebnis – Himbeereis

**Zutaten:** 100 g frische Himbeeren, 30 g Puderzucker, 100 ml Sahne

Himbeeren putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Mit dem Puderzucker und der Sahne in eine Schüssel geben und pürieren. In ein passendes Gefäß füllen und im Tiefkühlfach bis zum Verzehr ca. 4 Stunden gefrieren lassen – dabei ab und zu umrühren. **Alternativ:** Masse in Eisformen füllen, gefrieren lassen und vor dem Verzehr 10–15 Minuten antauen lassen.

## Garten-Erdbeere



Ich bin „Stolzberry“, ein sommersüßes Früchtchen. Als Mitbringsel aus Amerika bin ich im 17. Jahrhundert mit Seefahrern nach

Europa gekommen und war zuerst nur dem Adel am königlichen Hofe vorbehalten, der mächtig stolz war, eine so dicke, rote Erdbeere zu besitzen. Mittlerweile kennt mich jedes Kind und ich gehöre einfach zum Sommer wie die Sonne. Meine Früchte sind groß, süß und einfach zu ernten. Ich bin ein „Wanderer“, obwohl ich keine Füße habe. Im Sommer bilde ich lange, dünne Triebe, an deren Ende kleine Pflänzchen sitzen. Diese wurzeln, sobald sie den Boden berühren.



Nach der Ernte bilden Garten- und Walderdbeeren lange Triebe mit kleinen Pflänzchen.



Schneide diese ab und pflanze sie an anderer Stelle oder im Topf zum Verschenken.



Pass auf das „Herz“, die Stelle an der die Blätter entspringen, der Pflanze auf. Setze es nicht zu tief, damit die Pflanze nicht fault.

So kann ich an einen anderen Ort wandern. Wenn du keinen „Erdbeer-Urwald“ willst, schneidest du sie am besten rechtzeitig ab. Ich habe hübsche weiße Blüten, die erst zu grünen Früchten werden. Reif sind sie dann rot. Nimmt man es ganz genau, sind eigentlich die kleinen Körnchen, mit denen die Erdbeere übersät ist, die tatsächlichen Früchte. Die Erdbeere wird von Botanikern als sogenannte Scheinfrucht bezeichnet. Aber egal, Schein hin, Schein her, ich bin gespannt, wann du dich scheinheilig an mich heranschleichst und eine süße Frucht stibitzt.

## Gut zu wissen

**Höhe:** ca. 20–40 cm  
**Standort:** Sonne  
**Pflanzenbedarf:** 8 Pflanzen/m<sup>2</sup>  
**Boden:** feuchter, humoser Gartenboden  
**Sorten:** Honeoye (früh), Sonata (mittel), Florence (spät), Rügen (Monatserdbeere)  
**Ernte:** Mai bis Juli  
**Pflanz- und Pflgetipps:** Erdbeeren kannst du in Reihe pflanzen oder als Erdbeerwiese wachsen lassen, dünge sie jedes Jahr im Frühjahr mit Kompost, etwa alle drei Jahre sollte man ein neues Beet anlegen, weil die alten Erdbeerpflanzen mit der Zeit immer weniger Früchte tragen. Nach der Ernte werden verwelkte Blätter und die Triebe mit den Jungpflanzen abgeschnitten.

## Nascherlebnis – Erdbeermilch

**Zutaten:** 100 g Erdbeeren, ¼ l Milch, 1 schwachgehäufter EL Zucker oder Honig, etwas Zitronensaft  
 Säubere die Erdbeeren und schneide sie in Stücke. Püriere die Erdbeeren mit Milch, Zucker oder Honig und dem Zitronensaft. Du kannst die Erdbeermilch mit einer Kugel Vanilleeis pro Glas verfeinern.



## Wald-Erdbeere



Ich bin „Launi“, ein unkompliziertes Früchtchen und der Kinderliebbling schlechthin, denn wer meine Früchte verspeist, bei dem kommt Laune auf. Ich bin seit Urzeiten auf dem europäischen Kontinent anzutreffen. Du findest mich fast überall, außer auf den Gipfeln der Berge, wo es keinen Wald mehr gibt. Zuerst erscheinen im Mai meine kleinen, weißen Blüten, und ein paar Wochen später die roten Früchte. Du musst schnell sein, denn Amseln und Schnecken lieben die



süßen, roten Mini-Erdbeeren mit dem hocharomatischen Geschmack mit viel Vitamin C und einer Menge Mineralstoffe. Den Tee aus meinen Blättern empfahl schon der Kräuterpfarrer Sebastian Kneipp, um schwächliche Kinder wieder zu stärken. Viele Sagen und Märchen ranken sich um mich. Besonders mag ich die Elfen- und Feen-Geschichten. Naschen diese Wesen eine Frucht, sind sie so verzaubert vom Geschmack, dass sie alles um sich herum vergessen und leicht entdeckt werden können. Also Augen auf, beim nächsten Waldspaziergang. Einmal gepflanzt, ist die Walderdbeere ein treuer, winterharter Gartenbegleiter. Wenn im Herbst Laub auf die Pflanzen fällt, dann lass es einfach liegen. Es schützt die Pflanze im Winter. Dank ihrer Ausläufer vagabundiert die Walderdbeere im Garten herum. Gib ihr ausreichend Platz. Die kleinen Pflanzen, die im Sommer an langen Trieben, wachsen, kannst du genauso wie bei der Garten-Erdbeere abschneiden und in kleine Töpfe pflanzen.

### Gut zu wissen

**Höhe:** 10–15 cm  
**Standort:** Halbschatten, unter Gehölzen  
**Pflanzenbedarf:** 10 Pflanzen/m<sup>2</sup>  
**Boden:** locker, humos, „fluffig“  
**Ernte:** Mai bis September  
**Pfanz- und Pflegetipps:** Lockere den Boden vor der Pflanzung und arbeite Kompost oder Pflanzerde ein. Pflanz nicht zu tief, damit die Pflanze nicht verfault. Gib in den Folgejahren im Frühjahr Kompost und lass Falllaub im Herbst liegen.

### Nascherlebnis - Beereneiswürfel



**Zutaten:** Kleine Walderdbeeren (auch rote und schwarze Johannisbeeren), kleine Minze- und Zitronenmelissenblättchen

Wasche die Beeren und Blätter und lege in jede Kammer eines Eiswürfelbehälters ein Blatt oder eine Beere. Fülle den Behälter mit Wasser auf. Benutze die Eiswürfel, um deine selbstgemachte Limo oder deinen Eistee zu kühlen.

### Rote Johannisbeere



Darf ich mich vorstellen: „Robustissima“, ein süß-säuerliches Früchtchen. Für Naschobst-Anfänger bin ich prima geeignet, da ich robust bin, an fast jedem Standort gedeihe – sogar in kühlen Gegenden – und es dir nicht übelnehme, wenn du mich mal etwas vernachlässigst. Wer meine Früchte sieht, dem läuft schon das Wasser im Mund zusammen. „Sauer macht lustig“, sage ich da nur. Auch wenn ich nicht so sauer wie eine Zitrone bin, so kann ich mich doch als „Naschobst-Zitrone“ bezeichnen. Vor allem, wenn meine Beeren zwar rot, aber noch nicht ganz reif sind. Im ersten Jahr der Pflanzung brauche ich natürlich regelmäßig Wasser, wenn es nicht regnet, aber bald schon bilde ich viele Wurzeln. Meine schönsten Früchte sitzen an den zwei- bis dreijährigen Trieben und sind herrlich erfrischend. Ich bin ein gesundes Früchtchen, weil ich viel Vitamin C enthalte.

### Gut zu wissen

**Höhe:** 100–150 cm  
**Standort:** Sonne bis Schatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/2–3 m<sup>2</sup>  
**Boden:** anspruchslos, vorteilhaft ist viel organische Substanz und ausreichend Feuchtigkeit  
**Sorten:** Jonkheer van Tets (Juni), Rolan, Rovada (Juli), Heinemanns Rote Spätlese (August)  
**Ernte:** Juni bis August  
**Pfanz- und Pflegetipps:** Pflanzloch groß genug ausheben, zum Pflanzen Erde mit Kompost und Hornspäne mischen und Johannisbeere pflanzen.

### Nascherlebnis - Johannisbeer-Soufflé



**Zutaten:** 300 g Johannisbeeren, 3 Eier, eine Prise Salz, halbe große Tasse Öl, 1 große Tasse Mehl, 3 EL Zucker, 1 Päckchen Vanille-Zucker, 3 EL Joghurt

Johannisbeeren waschen und abzupfen. Für den Teig Eiweiß und Eigelb trennen.

Das Eiweiß steif schlagen und kühl stellen. In einer anderen Schüssel Eigelb mit Salz schaumig rühren. Im Anschluss das Öl in einem dünnen Strahl unter ständigem Rühren dazu gießen. Auf höchster Stufe weitermixen. Unter die entstandene Masse auf niedrigster Stufe Mehl, Zucker, Vanillezucker und Joghurt unterrühren. Anschließend hebt man das steife Eiweiß mit dem Esslöffel unter und verteilt die Masse in einer feuerfesten Form.

Die Beeren werden darüber gestreut. Wenn der Teig die richtige Konsistenz hat, versinken sie darin. Man kann sie auch ein wenig in den Teig drücken. Bei 175 °C Umluft etwa 45 Minuten backen.

### Schwarze Johannisbeere



Ich bin „Robusti“, ein zu wenig beachtetes Früchtchen und die Zwillingsschwester von „Robustissima“. Wir sind uns in vielem sehr ähnlich. Während „Robustissima“ allerdings rote Beeren hat, färben sich meine Beeren nahezu schwarz. Auch geschmacklich gibt es Unterschiede. Meine Beeren sind etwas herber und eignen sich besonders gut zum Verarbeiten. Sie enthalten fünfmal so viel Vitamin C wie rote Johannisbeeren. Ich bin ein anspruchsloser Gartengesell. Einmal gepflanzt, wirst du viele Jahre Freude mit mir haben. Auch ohne Beeren kannst du mich und meine rote Schwester gut auseinanderhalten. Nimm ein Blatt, zerreiße es und schnuppere daran. Wenn du meine Rinde einwenig anritzt, riecht es noch intensiver. Sowohl rote wie schwarze Johannisbeerblätter und die dazugehörigen getrockneten Beeren eignen sich hervorragend für Hausteemischungen. Verarbeiten kann man Johannisbeeren, auch in der schwarzroten Kombination, als herrlich fruchtige Marmelade.

### Gut zu wissen

**Höhe:** 100–200 cm  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/3–4 m<sup>2</sup>  
**Boden:** keine besonderen Ansprüche  
**Sorten:** Bona (früh), Titania (mittel), Ometa (spät)  
**Ernte:** Juni – Juli, im ersten Standjahr wenige Früchte, Ertrag erst ab dem zweiten Jahr.  
**Pfanz- und Pflegetipps:** sehr winterhart und frostfest, sie brauchen ausreichend Wasser, reichlich organisches Material einarbeiten.

### Nascherlebnis - Selbstgemachte Limo



**Zutaten:** 1 l Wasser, 100 g Gurke, 1 Bio-Limette, 4–5 Minzestängel, 1 EL brauner Zucker, 1 Handvoll Beeren

Das Wasser in einen Krug geben. Gurke waschen, in Scheiben schneiden, Limette heiß waschen und in der Mitte halbieren. Minzestängel waschen. Gurkenscheiben, Limettenhälften, Minzestängel, Zucker sowie Beeren in den Krug geben. Beeren und Limetten vorher evtl. etwas quetschen. Über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Am nächsten Tag gut durchrühren und durch ein Sieb abgießen. Fertig!

### Stachelbeere



Ich heiße „Stachel-Lilly“ und bin ein nahezu vergessenes Früchtchen. Wenn du meine Beeren ernten willst, dann musst

du auf meine dünnen, spitzen Dornen achtgeben. Damit kann ich Tiere und andere Räuber, die mir an den Leib wollen, abwehren, v. a. Kinder, die meine Naschobst-Früchte stibitzen wollen. Also sei auf der Hut! Die Früchte hängen zwischen den Blättern an den dünnen Zweigen. Manchmal muss man genau schauen, bis man die Früchte sieht. Drücke vorsichtig an der Frucht, bevor du sie abpflückst. Die Frucht sollte weich sein und bei Druck etwas nachgeben. Erntest du die Früchte zu früh, wirst du keine Freude damit haben. Dann sind sie nämlich schrecklich sauer. Es gibt grüne, rote und gelbe Sorten. Bei den grünen Sorten lässt sich die Pflückreife am schlechtesten erkennen, dort hilft nur vorsichtig drücken. Wenn du dir nicht sicher bist, kannst du auch vorsichtig reinbeißen. Ist die Frucht noch zu sauer, dann lässt du die anderen einfach noch hängen. Sind sie süß, dann ist es ein Genuss. Ist die Haut auch etwas fest, so

ist das Fruchtfleisch geleeartig und süß. Eine tolle Kombination. Erträge bringe ich auf engstem Raum und bin so auch für kleine Gärten gut geeignet.

### Gut zu wissen

**Höhe:** 60–100 cm  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten, unter größeren Gehölzen auch im lichten Schatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/2 m<sup>2</sup>  
**Boden:** anspruchslos, humos  
**Sorten:** Invicta (früh), Hinnonmäki (mittel), Redeva (mittel, rot), Spinefree (mittel, rot, dornelos)  
**Ernte:** Juni bis Juli  
**Pfanz- und Pflegetipps:** Unkraut entfernen, Kompost einarbeiten.

### Nascherlebnis - Stachelbeer-Crumble (für 8 kleine Weckgläser, á 160 ml)



**Zutaten:** Stachelbeeren (oder andere Beeren), 100 g Butter, 100 g weißer oder brauner Zucker, 150 g Mehl

Beeren waschen. Weiche Butter, Zucker und Mehl in eine Schüssel geben und mit den Fingern oder den Knethaken so lange kneten bis sich Streusel formen lassen. Die Streusel können mit Vanillezucker oder geriebenen Mandeln verfeinert werden. Weck-Gläser zu gut 1/3 mit Früchten füllen. Glas locker mit Streusel auffüllen. Gläser in den Ofen stellen. Bei Umluft 180 °C ca. 25 Minuten backen. Gläser aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und warm essen. Mit Sahne, Vanilleeis oder Vanillesauce servieren.

### Brombeere



Ich heiße „Brommi“. Im Garten bin ich ein gebändigtes Früchtchen, doch in der freien Natur bin ich eine ungebändigte, wilde

Brombeere. Ich gehöre zu den ältesten Obstarten in Mitteleuropa und bilde lange Ranken, an denen sich gefährliche „Haifisch-Stacheln“ befinden. Wo meine Ranken den Boden berühren, bilden sie neue Wurzeln. So entstehen allmählich große, undurchdringliche Dickichte, die Tieren Schutz und Unterschlupf bieten. Meine Blüten sind weiß und sehen aus wie kleine Rosenblüten. Aus ihnen entwickeln sich leckere Früchte, die man im Herbst ernten kann. Wenn sie richtig reif sind, sind sie eine Delikatesse. In den Garten passen nur meine großfruchtigen Geschwister. Ich bin zu wild und würde mit der Zeit alles überwuchern. Es gibt mittlerweile tatsächlich auch Sorten ohne Stacheln. Die Ruten werden an einem Spalier oder an einem Zaun entlang geleitet. Je nach Sorte werden die Früchte schon im Juli reif. Besonders lecker sind sie, wenn sie weich sind und fast von selbst in die Hand fallen.

### Gut zu wissen

**Höhe:** 100–300 cm  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pfl./2–4 laufende m  
**Boden:** frisch, feucht, locker, nahrhaft  
**Sorten:** Asterina, Loch Ness, Navaho (alle stachellos)  
**Ernte:** Juli bis September  
**Pfanz- und Pflegetipps:** Brombeertriebe an einem Stützgerüst hochbinden, regelmäßiger Schnitt empfohlen, abgetragene Ruten herauschneiden.

### Kultur-Heidelbeere



Ich bin „Heideli“, ein besonderes Früchtchen, v. a. was die Ansprüche an den Boden angeht: Du solltest mich nur pflanzen, wenn

der Boden sauer ist. Ist das nicht der Fall, machst du ein großes Pflanzloch und gibst Rhododendronerde ins Pflanzloch. Pflanze den Topfballen nicht zu tief, sondern lass ihn circa 2 cm herausstehen. Decke ihn dann mit Rindenmulch ab. Meine Vorfahren kommen aus Amerika. Ich habe auch eine europäische Schwester, die viel kleinere Früchte mit dunklem Fruchtfleisch hat. Allerdings ist mittlerweile bekannt, dass ich nicht ganz so viele gesunde Inhaltsstoffe enthalte wie meine wilde Schwester in freier Natur, dafür kann man mich ganz einfach pflücken. Schneiden muss man mich wenig, höchstens vergreiste, abgetragene Triebe bodennah entfernen.



## Gut zu wissen

**Höhe:** 100–150 (200) cm  
**Standort:** Sonne  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/1,5 m<sup>2</sup>  
**Boden:** sauer  
**Sorten:** Duke, Patriot, Reka  
**Ernte:** Juli bis August (tragen manchmal erst im dritten Standjahr)  
**Pflanz- und Pflegetipps:** Für eine gute Ernte zwei Sorten pflanzen. Mit Regenwasser oder kalkarmem Leitungswasser gießen, kalkhaltiges Wasser führt langfristig zu gelben Blättern und schlechtem Wachstum.

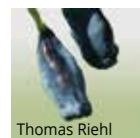
## Nascherlebnis – Heidelbeer-Joghurt-Eis



**Zutaten:** 150 g Heidelbeeren (und andere Beeren), 300 g Natur-Joghurt (kleine Becher, die später als Eisbehälter dienen) 1 TL Zitronensaft, 50 g Puderzucker

Beeren waschen und evtl. klein schneiden. In einer Schüssel mit Joghurt, Zitronensaft und Puderzucker mischen. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Fruchtiger Eistipp: Die Masse in die leeren Joghurtbecher oder Glasschälchen füllen und mindestens 4 Stunden gefrieren lassen. Nach Möglichkeit von Zeit zu Zeit umrühren.

## Honigbeere, Maibeere



Ich bin „Hecki“, für viele ein recht neues Früchtchen – eine essbare Heckenkirsche und in meiner sibirischen Heimat hochgeschätzt, da meine Früchte Vitamin-C- und -B-Bomben sind. Manche nennen mich auch Sibirische Blaubeere. Ich bin äußerst robust und extrem frosthart bis zu -30 °C und kälter. Bemerkenswert sind meine kleinen, gelblichen Blüten, die ungefähr zur gleichen Zeit wie Forsythien- oder Aprikosenblüten im April erscheinen und Fröste bis -10°C

überstehen. Ich brauche nur wenig Pflege, aber für eine reiche Ernte solltest du mindestens zwei verschiedene Sorten pflanzen. Meine Früchte sehen aus wie längliche Heidelbeeren und auch vom Geschmack her erinnern sie an diese. Man kann sie vom Strauch naschen oder verarbeiten. Ich gehöre zum ersten Naschobst im Garten und eröffne zusammen mit den Wald-Erdbeeren die Naschfruchtsaison.

## Gut zu wissen

**Höhe:** 100–150 cm  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/m<sup>2</sup>  
**Boden:** anspruchslos, leicht sauer  
**Sorten:** Morena, Fialka, Maistar, Mailon  
**Ernte:** Mai bis Juni  
**Pflanz- und Pflegetipps:** 2 Sorten pflanzen, kaum Pflege, krankheitsresistent.

## Felsenbirne



Ich heiße „Felbi“ und bin für viele ein unbekanntes Früchtchen, obwohl ich in Gärten gar nicht so selten anzutreffen bin. Oft werde ich als Zierstrauch gepflanzt, aber die wenigsten wissen, dass man meine Früchte auch essen kann. Nicht so schlimm, denn die Vögel freuen sich, wenn mehr für sie übrigbleibt – sie lieben nämlich die blauen Früchte. Im Frühjahr erscheinen unzählige, weiße, sternförmige Blüten und später schöne dunkelgrüne Blätter, die im Herbst eine tolle Herbstfärbung haben. Kein Wunder also, dass ich vorrangig zum Anschauen gepflanzt werde. Ich bin recht unkompliziert, was den Boden angeht. Nur bei verdichteten Böden rümpfe ich die Nase. Die Früchte werden nicht gleichzeitig reif, was für Naschgenuss über einen längeren Zeitraum sorgt. Sie sind rund, erbsengroß, und wenn sie dunkel und weich sind, können sie frisch vom Baum genascht, verarbeitet oder getrocknet werden. Verwendung fanden die Früchte auch als Rosinenersatz, was der Pflanze den Namen Rosinenbaum einbrachte.



Zudem eignen sie sich dank ihres hohen Pektingehalts sehr gut für Marmelade und sie sind überaus gesund – reich an Vitaminen, Faser- und Mineralstoffen.

## Gut zu wissen

**Höhe:** 5–8 m  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/6 m<sup>2</sup>  
**Boden:** anspruchslos, nahezu alle Böden  
**Sorte:** Prince William  
**Ernte:** Juli  
**Pflanz- und Pflegetipps:** kaum Pflege und Schnitt nötig.

## Kornelkirsche



Ich bin „Hardi“, ein wildes Früchtchen. Ich gehöre zur Familie der Hartriegelgewächse. Seit Jahrhunderten begleite ich die Menschen, war stets wertvoller Lieferant von gesunden, vitamin- und gerbstoffreichen Früchten sowie stabilem Holz. Letzteres ist das härteste aller einheimischen Gehölze und so schwer, dass es im Wasser untergehen kann. Römer und Griechen haben aus dem Holz Lanzensäfte hergestellt, im Mittelalter wurde es sogar als Zahnersatz verwendet. Mittlerweile kennt mich jedoch kaum noch jemand. Ich kann im Laufe der Zeit ein stattlicher Strauch werden. Von der Pflanzung bis zur ersten Frucht, kann es aber ein paar Jahre dauern. Meine unzähligen, kleinen, sternförmigen Blüten sind zartgelb und erscheinen oft schon im Februar. Dort summt und brummt es zur Blütezeit, denn ich bin eine wichtige Nahrungsquelle für Bienen und Hummeln. Meine Blätter erscheinen später und sind eiförmig mit bogenförmigen, parallelen Blattnerven. Ich werde auch als „Olive des Nordens“ bezeichnet, weil meine unreifen Früchte wie kleine Oliven aussehen. Iss nur die Früchte, die dunkelrot und weich sind und beim Berühren von selbst herunterfallen. Alle anderen sind sehr sauer.

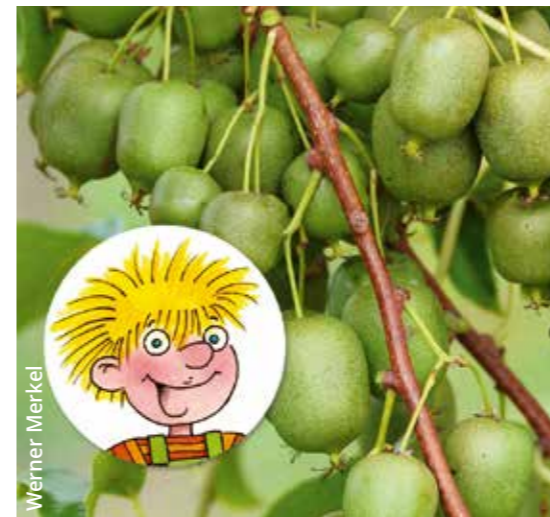
## Gut zu wissen

**Höhe:** 300–500 cm, langsam wüchsig  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten  
**Pflanzenbedarf:** 1 Pflanze/2,5 m<sup>2</sup>  
**Boden:** auf nahezu allen durchlässigen Gartenböden, anspruchslos  
**Sorte:** Jolico  
**Ernte:** August bis September  
**Pflanz- und Pflegetipps:** kaum Pflege notwendig, schnittverträglich.

## Mini-Kiwi



Ich bin 'Weiki', ein kletterndes Früchtchen – keine echte, sondern eine Mini-Kiwi. Ich bin sehr winterhart, wachse enorm schnell und bin ein prima Sichtschutz an Zäunen. Auch ein Kinderspielhaus kann man mit mir beranken. Meine Blüten sind unscheinbar. Es gibt männliche und weibliche Pflanzen – man braucht beide, sonst bekommt man keine Früchte. Oft werden sie zusammen im Topf verkauft. Meine Früchte sind ein fruchtiger Leckerbissen im Herbst. Sie sehen aus wie zu groß geratene, längliche Stachelbeeren. Sie schmecken in reifem Zustand hervorragend, haben sehr viel Vitamin C und beenden das Naschobstjahr. Pflege brauche ich eigentlich nicht. Wer jedoch den Wirrwarr an Zweigen etwas lichten möchte, der sollte im Frühjahr überstehende sowie vertrocknete Triebe abschneiden. Von der Pflanzung bis zur ersten Frucht vergehen etwa 3 Jahre. Das sollte man wissen und braucht deshalb etwas Geduld. Dafür hat man dann etwas ganz Besonderes im Garten. Kiwis, die nicht jeder hat.



## Gut zu wissen

**Höhe:** bis 5 m  
**Standort:** Sonne bis Halbschatten, nach Möglichkeit windgeschützt  
**Pflanzenbedarf:** 2 Pflanzen (eine männliche und eine weibliche)/4 m<sup>2</sup>  
**Boden:** humos, feucht  
**Sorten:** Weiki, Ambrosia, Maki  
**Ernte:** September bis Oktober  
**Pflanz- und Pflegetipps:** bei Bedarf die Zweige im Frühjahr auslichten bzw. zurückschneiden.

## Naschgarten anlegen

### Floris Musterbeete

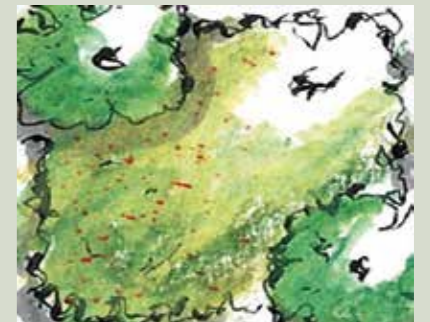
Flori hat ein paar Vorschläge für dein Naschobstbeet gezeichnet. Der Platzbedarf hält sich in Grenzen. Wer kein eigenes Beet hat, kann Naschobst auch in bestehende Beete dazwischen pflanzen.

#### Beet 1



Du brauchst 1 m<sup>2</sup> Platz. Pflanze in die Mitte die Himbeere 'Autumn Bliss' und fasse das Beet an zwei Seiten mit einer Garten-Erdbeere und an zwei Seiten mit einer Monats-Erdbeere ein.

#### Beet 2



Du brauchst mindestens 1 m<sup>2</sup>. Pflanze in die gegenüberliegenden Ecken 1 Johannisbeer-Hochstämmchen 'Jonkheer van Tets' und 1 Stachelbeere 'Spinefree'. Unterpflanze alles mit Walderdbeeren.

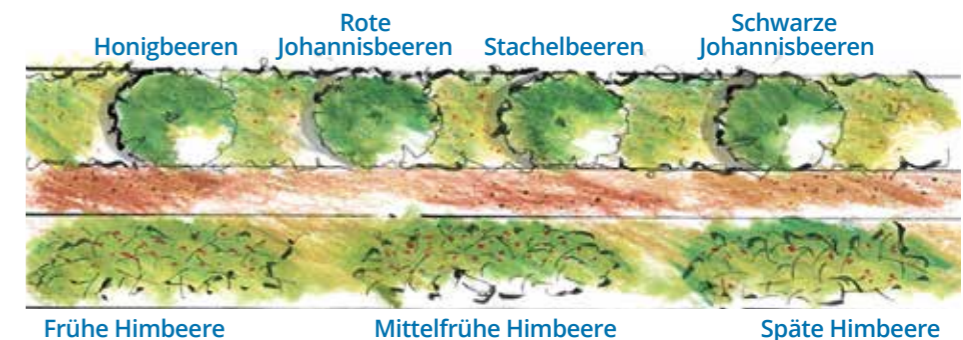
#### Beet 3



Du brauchst 4 m<sup>2</sup>. Pflanze zwei verschiedene Heidelbeeren, z. B. 'Duke' und 'Patriot' jeweils in zwei gegenüberliegende Ecken. In die anderen beiden Ecken setzt du zwei Klettererdbeeren 'Ruby Ann' mit Klettergerüst und in die Mitte kommt die Himbeere 'Tula Magic'.

## Naschobstweg

Durch einen Naschobstweg schlenderst du im Garten bestimmt besonders gerne. Pflanze auf der einen Seite verschiedene Sträucher und Hochstämmchen, auf der anderen Seite kannst du eine frühe, eine mittlere und eine späte Himbeere pflanzen.





## Naschobsthäuschen

Die Seiten des Spielhäuschens sind mit dornenloser Brombeere und Mini-Kiwi 'Weiki' bewachsen. Rings ums Häuschen sind Garten-Erdbeeren gepflanzt.



## Johannisbeer-Tipi

Ein Johannisbeer-Tipi ist ein toller Platz, um sich zu verstecken und zu naschen. Dazu werden bei einem Innendurchmesser von 2 m im Abstand von ca. 80 cm Rote Johannisbeeren, die als Spindel gezogen wurden, an buntbemalte Stützstäbe gesetzt. Eine Spindel hat einen einzigen langen Haupttrieb. Die Stützstäbe werden oben zusammengeführt.



## Sträuchernest

Ein Versteck zum Naschen, Ausruhen und als Rückzugsort für Kinder bietet das Sträuchernest. Dazu werden wüchsige Johannisbeersorten im Abstand von 80 cm im Kreis gesetzt. Der Innendurchmesser beträgt mindestens zwei Meter. Dabei darf man nicht den Ein- und Ausgang vergessen.

## Balkon und Terrasse

### Naschobst-Topfgarten

Es gibt einige Naschobst-Sorten, die aufgrund ihrer Größe und ihres Wuchsverhaltens gut für die Terrasse und den Balkon geeignet sind. Pro Pflanze brauchst du einen ausreichend großen Topf. Während bei Erdbeere ein Balkonkasten oder eine Hängeampel ausreicht, sollte es bei Himbeeren und Brombeeren am besten ein Topf mit 40 bis 50 cm Durchmesser sein, damit sich die Pflanze auch gut wachsen kann.

**Monatserdbeeren** kann man über viele Monate ernten. Die Früchte sind kleiner als bei der Garten-Erdbeere, dafür besonders schmackhaft. Sie vertragen auch Halbschatten.

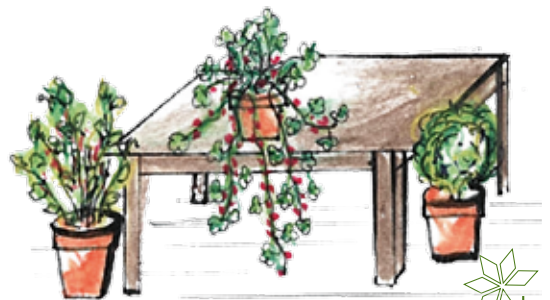
Daneben gibt es **Hänge- und Klettererdbeeren**. Bei Hängeerdbeeren sind Blüten und Früchte an langen, nach unten hängenden Trieben. Deshalb eignet sie sich für den Balkonkasten oder eine Blumenampel. Du brauchst dich dann nur noch darunter zu legen und zu warten, bis dir eine reife Frucht in den Mund wächst.

Die Sorte 'Ruby Ann' hat sehr hübsche rosafarbene Blüten. Klettererdbeeren wachsen nach oben, wenn man ihnen eine Klettermöglichkeit gibt.

**Himbeeren** für den Topf wachsen kompakt. Es gibt die Kinderhimbeeren 'Süßer Medikuss' (Früchte Mai bis August), 'Ruby Beauty' (Früchte Juni bis

September) oder 'Red Princess'® (Früchte August bis September).

Die **Traubenheidelbeere** 'Blue Berry' gedeiht auch in einem großen Topf und bietet einen kinderleichten Erntespaß. Auch die **Zwerg-Brombeere** 'Little Black Prince'® eignet sich dank ihres kompakten Wuchses für den Balkon.



Lösungswort Rätsel Seite 1: Naschobst

Herausgeber: Bayerischer Landesverband für Gartenbau und Landespflege e. V. · Postfach 15 03 09 · 80043 München · Telefon: 0 89/5 44 30 50 · Text und Fotos: Martina Rusch, Dipl.-Ing. (FH) Gartenbau. Sonstige Fotos: Quellenangabe im Foto. Zeichnungen: Andreas Röder. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit Genehmigung des Bayerischen Landesverbandes für Gartenbau und Landespflege, München. (2019)