B1ALIVE

Kalifornische Pflanzen und Nahrung, Wasser, Unterkünfte und Schlaf

Vollständige deutsche Ausgabe

334 Artikel / 565 Fotografien und Illustrationen

b1alive.com

Inhalt

Pflanzen und Nahrung 10

Stockrose — frische Blütenblätter und zarte Blätter einer hohen Gartenblume · Alcea rosea 10
Zugespitzter Wildlauch — rosafarbene Frühlingsdolden und schmale Blätter · Allium acuminatum 12
Schmalblättriger kalifornischer Lauch — weißrosa Dolden und kleine rohe Zwiebel · Allium amplectens 14
Zweikamm-Lauch — Berggrün mit rosafarbenen Blütendolden · Allium bisceptrum 17
Glocken-Lauch der Sierra — rohe junge Frühlingsblätter · Allium campanulatum 20
Kalifornischer Küstenlauch — purpurrosa Blüten an Meeresklippen · Allium dichlamydeum 22
Rotschaliger Lauch — kleine Zwiebeln mit roter Hülle · Allium haematochiton 24
Durchscheinender kalifornischer Lauch — weiße Frühlingssterne · Allium hyalinum 27
Neapolitanischer Lauch — weiße Blüten und mildes Knoblauchgrün · Allium neapolitanum 29
Kalifornischer Purpurlauch — kleine Zwiebeln und seltene Varietät · Allium peninsulare 32
Dreikantiger Lauch — weiße Glockenblüten und zartes Grün · Allium triquetrum 33
Einblättriger Lauch — zartrosa Blütendolden an Küstenhängen · Allium unifolium 36
Pazifischer Sumpflauch — lilafarbene Blüten feuchter Bergwiesen · Allium validum 39
Weinberg-Lauch — röhrenförmige Blätter und Brutzwiebeln · Allium vineale 42
Weißer Amarant — winzige rohe Samen einer sommerlichen Steppenroller-Pflanze · Amaranthus albus 44
Niederliegender Amarant — ein sommerlicher Teppich aus Blattgrün · Amaranthus blitoides 46
Grüner Amarant — junge Sommerblätter auf offenem Boden · Amaranthus hybridus 49
Zurückgebogener Amarant — junges Blattgrün und kleine Samen · Amaranthus retroflexus 51
Erlenblättrige Felsenbirne — weiße Frühlingsblüten und Sommerfrüchte · Amelanchier alnifolia 54
Utah-Felsenbirne — kleine süße Früchte trockener Berge · Amelanchier utahensis 57
Pazifischer Madrone — rote Rinde und essbare Herbstfrüchte · Arbutus menziesii 60
Westlicher Erdbeerbaum — raue rote Herbstfrüchte · Arbutus unedo 63
Graufilzige Manzanita — mehlige reife Früchte an Nordkaliforniens Küste · Arctostaphylos canescens 66
Drüsige Manzanita — rote Rinde, weiße Krugblüten und mehlige Früchte · Arctostaphylos glandulosa 68
Großfrüchtige Manzanita — sommerliche Früchte und kalter Trunk · Arctostaphylos glauca 70
Gewöhnliche Manzanita — rotrindiger Strauch mit Früchten · Arctostaphylos manzanita 73
Grünblättrige Manzanita — rotbraune Bergfrüchte · Arctostaphylos patula 76
Spitzblättrige Manzanita — süßsaure Trockenfrüchte der Bergwüsten · Arctostaphylos pungens 79
Echte Bärentraube — rote mehlige Früchte an bodennahen Zweigen · Arctostaphylos uva-ursi 81
Weißblättrige Manzanita — helles Laub und trockene Sommerfrüchte · Arctostaphylos viscida 84
Gartenspargel — frühe Sprosse und giftige rote Beeren · Asparagus officinalis 86
Gartenmelde — zarte grüne und purpurrote Blätter · Atriplex hortensis 88
Spieß-Melde — junges Blattgrün salziger Wiesen · Atriplex prostrata 91
Australische Melde — rote fleischige Fruchtvorblätter · Atriplex semibaccata 94
Amerikanische Winterkresse — junge pfeffrige Blätter an Bergbächen · Barbarea orthoceras 96
Gewöhnliche Winterkresse — scharfes Wintergrün und gelbe Blüten · Barbarea vulgaris 98
Gänseblümchen — kleine Blattrosetten, weiße Blüten und rohe Knospen · Bellis perennis 100
Mahonie — gelbe Frühlingsblüten und saure blaue Beeren · Berberis aquifolium 102
Fremont-Berberitze — saure Früchte eines seltenen Wüstenstrauchs · Berberis fremontii 105
Niedrige Mahonie — saure dunkle Beeren im Nadelwald · Berberis nervosa 107
Kalifornische Mahonie – glänzende stachelige Blätter und blaue Beeren · Berberis pinnata 109
Kriechende Mahonie – niedrige Bergsträucher mit blauvioletten Beeren · Berberis repens 110
Meer-Rübe – zarte Frühlingsblätter salzhaltiger Küsten · Beta vulgaris subsp. maritima 112
Sareptasenf – pfeffrige junge Blätter und gelbe Blüten · Brassica juncea 115
Raps – zarte blaugraue Blätter unter gelben Blütentrauben · Brassica napus 117

Inhalt

Schwarzer Senf – gelbe Frühjahrsbestände und scharfe junge Blätter · Brassica nigra 119
Gemüsekohl – junge Blätter alter Kulturen roh · Brassica oleracea 122
Rübsen – frühes Blattgrün und gelbe Frühlingsblüten · Brassica rapa 124
Amerikanische Meersenf-Art – scharfe saftige Blätter am Strand · Cakile edentula 128
Europäische Meersenf-Art – würziges Strandgrün und junge Früchte · Cakile maritima 130
Redmaids — frisches Frühlingsgrün und winzige Samen · Calandrinia menziesii 133
Acker-Ringelblume – goldgelbe Körbchen und zarte würzige Blätter · Calendula arvensis 137
Garten-Ringelblume – frische orange Zungenblüten und junge Blätter · Calendula officinalis 139
Gewöhnliches Hirtentäschel – junge Blätter und herzförmige Früchte · Capsella bursa-pastoris 141
Kalifornisches Schaumkraut – weißrosa Blüten und pfeffrige Blätter · Cardamine californica 145
Biegsames Schaumkraut – scharfes Blattgrün feuchter Stellen · Cardamine flexuosa 147
Behaartes Schaumkraut – zarte pfeffrige Blätter und weiße Blüten · Cardamine hirsuta 150
Wenigsamiges Schaumkraut – pfeffriges Grün am Waldweg · Cardamine oligosperma 153
Italienische Distel – zartes Mark geschälter junger Stängel · Carduus pycnocephalus 156
Essbare Mittagsblume – gelbe Küstenblüten und reife Hottentottenfeigen · Carpobrotus edulis 158
Europäischer Zürgelbaum – kleine süße Steinfrüchte an Stadtbäumen · Celtis australis 162
Westlicher Zürgelbaum – süße kleine Früchte trockener Canyons · Celtis reticulata 164
Chinesischer Zürgelbaum – kleine dunkle Früchte an Stadtstraßen · Celtis sinensis 168
Westlicher Judasbaum – rosa Blüten an kahlen Zweigen · Cercis occidentalis 171
Schmalblättriges Weidenröschen – zarter Frühlingsaustrieb · Chamerion angustifolium 174
Goldener Chinquapin – rohe Nüsse aus stacheligen Hüllen · Chrysolepis chrysophylla 176
Strauch-Chinquapin – süße rohe Kerne in Bergfrüchten · Chrysolepis sempervirens 180
Gewöhnliche Wegwarte – blaue Blüten und bitteres junges Blattgrün · Cichorium intybus 183
Acker-Kratzdistel – entdornte junge Blätter und Stängelmark · Cirsium arvense 186
Kurzgriffelige Kratzdistel – junge rohe Pfahlwurzel an Küstenwiesen · Cirsium brevistylum 188
Gewöhnliche Kratzdistel — zartes Mark junger stacheliger Stängel · Cirsium vulgare 191
Zierliche Claytonie — winzige saftige Blätter auf steinigen Hängen · Claytonia exigua 193
Lanzettblättrige Claytonie — zarte Blätter und kleine Knollen nach der Schneeschmelze · Claytonia lanceolata 195
Kleinblütige Claytonie — schmales Frühlingsgrün an Waldbächen · Claytonia parviflora 198
Miner's Lettuce — zarte Blätter, Stängel und Blüten · Claytonia perfoliata 201
Rötliche Claytonie — zarte Frühlingsblätter und junge Triebe · Claytonia rubra 203
Sibirische Claytonie — rosafarbene Blüten und zarte Waldblätter · Claytonia sibirica 206
Kalifornische Yerba Buena — duftende Blätter im Eichenschatten · Clinopodium douglasii 209
Koriander — frische Blätter und trockene aromatische Früchte · Coriandrum sativum 211
Kalifornische Schnabel-Hasel — rohe Nuss unter langer Hülle · Corylus cornuta ssp. californica 214
Douglas-Weißdorn — schwarze Herbstfrüchte an feuchten Waldrändern · Crataegus douglasii 218
Zweigriffeliger Weißdorn — rote Apfelfrüchte und zarte Frühlingsblätter · Crataegus laevigata 221
Eingriffeliger Weißdorn — rote Herbstfrüchte und junge Sprosse · Crataegus monogyna 223
Kleinköpfiger Pippau — junge bittere Blattrosetten · Crepis capillaris 227
Blasen-Pippau — bitteres Wintergrün und gelbe Körbchen · Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia 229
Echte Quitte — aromatische gelbe Frucht nur weich roh genießbar · Cydonia oblonga 233
Erdmandel — süße unterirdische Knöllchen der Gelben Segge · Cyperus esculentus 235
Amerikanische Kaki — sehr weiche süße Herbstfrüchte · Diospyros virginiana 239
Mauer-Doppelsame — pfeffrige junge Blätter mit gelben Blüten · Diplotaxis muralis 241
Schmalblättriger Doppelsame — wilde Rucola als scharfe Rohkost · Diplotaxis tenuifolia 244
Engelmanns Igelsäulenkaktus — rote Früchte zwischen langen Dornen · Echinocereus engelmannii 248

Inhalt

Schmalblättrige Ölweide — silbernes Laub und süße mehlige Früchte · Elaeagnus angustifolia 250
Japanische Wollmispel — orangefarbene Früchte im Frühjahr · Eriobotrya japonica 252
Langschnabel-Reiherschnabel — weiche Basis sehr junger Früchte · Erodium botrys 255
Gewöhnlicher Reiherschnabel — junge Blätter und weiche Stängel · Erodium cicutarium 258
Moschus-Reiherschnabel — zarte Frühlingsblätter und rosa Blüten · Erodium moschatum 262
Garten-Rucola — würzige gezähnte Blätter und helle Blüten · Eruca vesicaria 265
Echte Feige — große gelappte Blätter und süße reife Feigen · Ficus carica 267
Fenchel — anisduftende Blätter und aromatische Früchte · Foeniculum vulgare 270
Weißer Salbei — rohe junge Stängel und Samen · Salvia apiana 274
Gartenerdbeere — saftige rote Früchte mit Nüsschen auf der Oberfläche · Fragaria × ananassa 277
Küstenerdbeere — weiße Blüten und kleine rote Früchte am Pazifik · Fragaria chiloensis 280
Walderdbeere — duftende Früchte und junge essbare Blätter · Fragaria vesca 283
Virginische Erdbeere — süße kleine rote Früchte der Bergwiesen · Fragaria virginiana 286
Kleinblütiges Knopfkraut — zarte Blätter eines sommerlichen Gartenkrauts · Galinsoga parviflora 289
Behaartes Knopfkraut — junge Blätter mit winzigen weißen Strahlenblüten · Galinsoga quadriradiata 292
Kletten-Labkraut — zartes klettendes Frühlingsgrün im Schatten · Galium aparine 295
Salal — immergrüner Küstenstrauch mit süßen dunklen Beeren · Gaultheria shallon 297
Einjährige Sonnenblume — wilde Blütenköpfe und rohe Kerne · Helianthus annuus 301
Topinambur — knackige unterirdische Knollen im Spätherbst · Helianthus tuberosus 304
Gewöhnliche Nachtviole — junge senfartige Blätter unter violetten Blütentrauben · Hesperis matronalis 307
Garten-Eibisch — rohe Sommerblüten und junge Blätter eines Zierstrauchs · Hibiscus syriacus 310
Stundenblume — cremefarbene Blüten mit dunklem Zentrum und zarte Blätter · Hibiscus trionum 312
Grausenf — scharfe Winterblätter und kurze anliegende Schoten · Hirschfeldia incana 316
Kahles Ferkelkraut — junge leicht bittere Blätter sandiger Wiesen · Hypochaeris glabra 318
Gewöhnliches Ferkelkraut — behaarte Rosetten und gelbe Blüten · Hypochaeris radicata 322
Hinds-Schwarznuss — rohe Nusskerne aus kalifornischen Auwäldern · Juglans hindsii 325
Kalifornischer Wacholder — blaue fleischige Zapfen in Wüstengehölzen · Juniperus californica 328
Kanadischer Lattich — zarte junge Blätter einer hohen Wildsalatpflanze · Lactuca canadensis 332
Gartensalat — zarte rohe Blätter seltener verwilderter Pflanzen · Lactuca sativa 334
Kompass-Lattich — stachelige Mittelrippe und junge bittere Blätter · Lactuca serriola 338
Stängelumfassende Taubnessel — junge Blätter und rosa Blüten · Lamium amplexicaule 341
Purpurrote Taubnessel — zarte Blätter unter violetten Triebspitzen · Lamium purpureum 344
Feld-Kresse — würzige junge Blätter und flache Schötchen · Lepidium campestre 347
Zweiknotige Kresse — niedriges duftendes Grün und paarige Früchte · Lepidium didymum 349
Breitblättrige Kresse — junge scharfe Blätter in Feuchtgebieten · Lepidium latifolium 352
Durchwachsene Kresse — pfeffrige junge Frühlingsblätter · Lepidium perfoliatum 356
Gartenkresse — junge pfeffrige Blätter aus verwilderten Gartenbeständen · Lepidium sativum 359
Virginische Kresse — kleine runde Schötchen und pfeffriges Grün · Lepidium virginicum 361
Andersons Bocksdorn — rote reife Beeren eines Wüstenstrauchs · Lycium andersonii 364
Gewöhnlicher Bocksdorn — rote Goji-Beeren an bogigen Zweigen · Lycium barbarum 368
Chinesischer Bocksdorn — reife rote Goji-Früchte an gebogenen Zweigen · Lycium chinense 371
Frémonts Bocksdorn — orangefarbene Wüstenbeeren im Frühjahr · Lycium fremontii 373
Lorbeer-Sumach — dunkle kleine Früchte des südkalifornischen Chaparrals · Malosma laurina 376
Kulturapfel — saftige reife Früchte verwilderter alter Obstbäume · Malus domestica 378
Pazifischer Wildapfel — kleine saure Früchte der nördlichen Küstenwälder · Malus fusca 380
Kretische Malve — weiche unreife Fruchtstücke einer großen Frühlingsmalve · Malva multiflora 384
Weg-Malve — zarte Blätter und grüne käseradförmige Früchte · Malva neglecta 387

Inhalt

Nizzamalve — weiche Blätter und unreife Samensegmente · Malva nicaeensis 390
Kleinblütige Malve — junge Blätter und grüne Käserad-Früchte · Malva parviflora 393
Wilde Malve — violette Blüten, junge Blätter und weiche Fruchträder · Malva sylvestris 396
Quirl-Malve — große zarte Blätter und unreife Samen · Malva verticillata 400
Zweihäusige Mammillarie — rote Kaktusfrüchte zwischen Hakenstacheln · Mammillaria dioica 403
Strahlenlose Kamille — ananasduftende grüne Blütenköpfchen · Matricaria discoidea 405
Hopfenklee — kleine gelbe Blüten und zarte dreiteilige Blätter · Medicago lupulina 409
Schneckenklee — zarte dreiteilige Blätter und stachelige Spiralhülsen · Medicago polymorpha 412
Saat-Luzerne — junge Blätter und weiche Triebspitzen alter Felder · Medicago sativa 415
Zitronenmelisse — frische zitronenduftende Blätter an alten Gärten · Melissa officinalis 418
Kanadische Minze — wilde Minzblätter an feuchten Wiesen · Mentha canadensis 421
Pfefferminze — junge erfrischende Blätter alter feuchter Pflanzungen · Mentha × piperita 425
Grüne Minze — duftende Blätter an alten Gärten und Gräben · Mentha spicata 428
Eiskraut — saftige Blätter mit glitzernden Blasenzellen · Mesembryanthemum crystallinum 431
Kojotenminze — violette Blütenköpfe für ein kaltes Kräutergetränk · Monardella villosa 434
Quellkraut — weiches grünes Kraut an sauberen Bächen · Montia fontana 438
Weiße Maulbeere — reife süße Früchte in alten Gärten · Morus alba 441
Schwarze Maulbeere — saftige dunkelviolette Früchte alter Gärten · Morus nigra 445
Rote Maulbeere — fast schwarze Früchte eines äußerst seltenen Baums · Morus rubra 448
Westlicher Honigmesquite — süße reife Hülsen eines Wüstenbaums · Neltuma odorata 451
Basilikum — frische würzige Blätter und Blüten alter Gärten · Ocimum basilicum 454
Osobeere — frühe weiße Blüten und dunkle Steinfrüchte · Oemleria cerasiformis 456
Biberschwanz-Opuntie — flache Glieder, Glochiden und rosa Blüten · Opuntia basilaris 458
Rundgliedrige Opuntie — goldene Dornen und purpurne Wüstenfrüchte · Opuntia chlorotica 462
Engelmann-Opuntie — reife rote Früchte und junge geschälte Glieder · Opuntia engelmannii 465
Feigenkaktus — süße Früchte und junge Nopal-Glieder · Opuntia ficus-indica 467
Küsten-Opuntie — purpurne Früchte auf dornigen Gliedern · Opuntia littoralis 471
Chaparral-Opuntie — frische Blütenknospen und rote Früchte · Opuntia oricola 474
Braundornige Opuntie — purpurrote Früchte trockener Hänge · Opuntia phaeacantha 477
Oregano — frische würzige Blätter und Blüten verwilderter Gartenpflanzen · Origanum vulgare 481
Kap-Sauerklee — gelbe Frühlingsblüten und saure Dreiblätter · Oxalis pes-caprae 484
Blaues Palo Verde — junge grüne Schoten eines Wüstenbaums · Parkinsonia florida 487
Blaue Passionsblume — weißblaue Blüten und orange Früchte mit roten Arillen · Passiflora caerulea 490
Gartenpetersilie — junge Blätter und tödlich giftige Doldenblütler-Doppelgänger · Petroselinum crispum 493
Dattelpalme — süße reife Früchte an langen Fruchtständen · Phoenix dactylifera 496
Eckige Blasenkirsche — goldene Beeren in zehnkantigen Hüllen · Physalis angulata 498
Dickblättrige Blasenkirsche — gelbe Beere trockener Wüstenhänge · Physalis crassifolia 501
Langblättrige Blasenkirsche — grüngelbe reife Beeren seltener Bestände · Physalis longifolia 504
Kapstachelbeere — goldorange Beeren in trockenen Papierhüllen · Physalis peruviana 507
Tomatillo — große reife grüne Früchte in gefüllten Hüllen · Physalis philadelphica 510
Behaarte Blasenkirsche — goldgelbe Beeren in weichen Lampions · Physalis pubescens 513
Drehkiefer — kleine reife Samen aus Zapfen der Bergwälder · Pinus contorta 515
Coulter-Kiefer — riesige stachelige Zapfen und große essbare Kerne · Pinus coulteri 520
Jeffrey-Kiefer — drei lange Nadeln, sanftere Zapfenspitzen und rohe Kerne · Pinus jeffreyi 523
Zuckerkiefer — extrem lange hängende Zapfen und rohe Kerne · Pinus lambertiana 527
Einblättrige Kiefer — große Pinyonkerne und einzelne Nadeln · Pinus monophylla 531
Gelb-Kiefer — kleine ölhaltige Kerne unter rötlicher Borke · Pinus ponderosa 535

Inhalt

Parry-Pinyon — große essbare Samen aus Bergzapfen · Pinus quadrifolia 539
Kalifornische Graukiefer — große Nüsse und schwere Haken-Zapfen · Pinus sabiniana 543
Krähenfuß-Wegerich — geschlitzte Blätter der salzigen Küste · Plantago coronopus 546
Spitzwegerich — schmale Blätter und dunkle Ähren · Plantago lanceolata 550
Breitwegerich — breite geaderte Rosetten und reife Samen · Plantago major 554
Strand-Wegerich — zartes schmales Blattgrün an salzigen Küsten · Plantago maritima 558
Vogelknöterich — niedrig wachsende geknotete Triebe als Rohgrün · Polygonum aviculare 561
Portulak — saftige sommerliche Blätter, Stängel, Blüten und Samen · Portulaca oleracea 565
Amerikanische Pflaume — säuerlichsüße reife Früchte seltener Bestände · Prunus americana 569
Aprikose — goldgelbe reife Früchte aus alten Obstgärten · Prunus armeniaca 571
Vogelkirsche — süße reife Früchte alter und verwilderter Bäume · Prunus avium 575
Kirschpflaume — weiße Frühjahrsblüten und kleine Sommerpflaumen · Prunus cerasifera 577
Europäische Pflaume — süße reife Früchte und wenige rohe Blüten · Prunus domestica 581
Süßmandel — rohe Kerne bekannter Süßsorten, giftige Bittermandeln · Prunus dulcis 584
Bitterkirsche — kleine rote Bergfrüchte und gefährliche Steinkerne · Prunus emarginata 586
Stechpalmenblättrige Kirsche — immergrüne Blätter und rote Chaparralfrüchte · Prunus ilicifolia 590
Pfirsich — saftige reife Sommerfrüchte ehemaliger Obstgärten · Prunus persica 594
Japanische Pflaume — süße Sommerfrüchte alter Obstpflanzungen · Prunus salicina 597
Späte Traubenkirsche — dunkle Sommerfrüchte mit gefährlichem Stein · Prunus serotina 599
Klamath-Pflaume — rotgelbe reife Früchte nordkalifornischer Berge · Prunus subcordata 602
Westliche Traubenkirsche — herbe dunkle Früchte an Bergbächen · Prunus virginiana var. demissa 605
Granatapfel — rote saftige Samenmäntel aus Herbstfrüchten · Punica granatum 609
Europäische Birne — vollreife Früchte alter Obstgärten · Pyrus communis 613
Asiatische Birne — runde knackige Früchte des Spätsommers · Pyrus pyrifolia 615
Wilder Rettich — Frühlingsblätter, Blüten und knackige junge Schoten · Raphanus raphanistrum 618
Verwilderter Gartenrettich — weißrosa Blüten und knackige grüne Schoten · Raphanus sativus 622
Limonaden-Sumach — rote Fruchttrauben und saurer Kaltauszug · Rhus integrifolia 625
Zucker-Sumach — rote Früchte für einen süßsauren Kaltauszug · Rhus ovata 627
Dreiblättriger Sumach — saure rote Früchte für kalte Limonade · Rhus trilobata 630
Kalifornische Bitter-Stachelbeere — violette Beeren mit Drüsenborsten · Ribes amarum 633
Gold-Johannisbeere — gelbe Frühlingsblüten und reife Sommerbeeren · Ribes aureum 634
Großblättrige Johannisbeere — blau bereifte Beeren feuchter Nordküstenwälder · Ribes bracteosum 638
Kalifornische Stachelbeere — stachelige rote Beeren der Küstengebirge · Ribes californicum 640
Wachs-Johannisbeere — rote Bergbeeren und kleine helle Blüten · Ribes cereum 643
Spreizende Stachelbeere — dunkle Beeren an dornigen Küstensträuchern · Ribes divaricatum 645
Weißblütige Johannisbeere — duftende Blütentrauben und kleine purpurne Beeren · Ribes indecorum 648
Weißstängelige Stachelbeere — helle Zweige an Bergbächen und kleine reife Beeren · Ribes inerme 650
See-Johannisbeere — dorniger Strauch mit kleinen schwarzen Waldbeeren · Ribes lacustre 653
Lobbs Stachelbeere — rotweiße hängende Blüten und herbe Beeren · Ribes lobbii 656
Chaparral-Johannisbeere — frühe rosa Blüten und kleine purpurne Beeren · Ribes malvaceum 658
Menzies-Stachelbeere — dunkle Beeren zwischen dichten Dornen des Küstenwalds · Ribes menziesii 661
Berg-Stachelbeere — kleine rote Borstenbeeren an hochgelegenen Felshängen · Ribes montigenum 664
Rosa Berg-Johannisbeere — Frühlingsblütentrauben und dunkle Beeren der Sierra · Ribes nevadense 666
Eichenwald-Stachelbeere — kleine glatte schwarze Früchte der Vorberge · Ribes quercetorum 669
Roezls Stachelbeere — große stachelige Beeren der Sierra Nevada · Ribes roezlii 672
Blut-Johannisbeere — rote Frühlingsblüten und dunkle Sommerbeeren · Ribes sanguineum 674
Fuchsien-Stachelbeere — scharlachrote Winterblüten und borstige Beeren · Ribes speciosum 677

Inhalt

Samtige Wüsten-Stachelbeere — kleine behaarte Früchte trockener Berghänge · Ribes velutinum 680
Klebrige Johannisbeere — helle Blüten und dunkle Beeren der nördlichen Berge · Ribes viscosissimum 683
Gewöhnliche Sumpfkresse — junge Blätter und Triebe an feuchtem Boden · Rorippa palustris 685
Kalifornische Wildrose — rosa Blüten und rote Hagebutten · Rosa californica 687
Hundsrose — rote Herbsthagebutten und weißrosa Blüten · Rosa canina 690
Kahle Waldrose — kleine rosa Blüten und Hagebutten ohne bleibende Kelchblätter · Rosa gymnocarpa 692
Vielblütige Rose — weiße Blütentrauben und kleine rote Hagebutten · Rosa multiflora 695
Nootka-Rose — große rosa Blüten und rote Hagebutten mit reizenden Härchen · Rosa nutkana 698
Büschel-Hagebutte — rote Herbstfrüchte an kühlen nordkalifornischen Bächen · Rosa pisocarpa 701
Weinrose — nach Äpfeln duftendes Laub, rosa Blüten und Herbsthagebutten · Rosa rubiginosa 703
Kartoffelrose — große fleischige Hagebutten an einem Küstenstrauch · Rosa rugosa 705
Niedrige Kalifornische Rose — rosa Blüten und orangefarbene Hagebutten · Rosa spithamea 708
Berg-Woods-Rose — rosa Sommerblüten und rote Herbsthagebutten · Rosa woodsii ssp. ultramontana 709
Rosmarin — immergrüne Blätter mit harzig-würzigem Duft · Rosmarinus officinalis 712
Himalaya-Brombeere — reife schwarze Beeren aus dichten Dornenhecken · Rubus armeniacus 715
Amerikanische Rote Himbeere — scharlachrote Sommerfrüchte in kühlen Bergwäldern · Rubus idaeus subsp. strigosus 719
Geschlitztblättrige Brombeere — schwarze Sommerfrüchte zwischen tief geteilten Blättern · Rubus laciniatus 721
Westliche Schwarze Himbeere — dunkle Sommerfrüchte an weiß bereiften Trieben · Rubus leucodermis 725
Thimbleberry — stachellose Waldhimbeere mit großen Blättern · Rubus parviflorus 728
Salmonberry — rosa Frühlingsblüten, geschälte Triebe und orangefarbene Beeren · Rubus spectabilis 730
Ulmenblättrige Brombeere — dunkle Früchte an bläulich bereiften Ranken · Rubus ulmifolius 733
Kalifornische Brombeere — dünne kriechende Ranken und Sommerfrüchte · Rubus ursinus 735
Krauser Ampfer — sehr junge säuerliche Blätter der Frühjahrsrosette · Rumex crispus 738
Pazifischer Queller — salzige grüne Triebspitzen der Gezeiten-Salzwiesen · Salicornia pacifica 741
Russische Salzkraut-Tumbleweed — junge grüne Triebe vor dem Verdornen · Salsola tragus 744
Kalifornischer Chia-Salbei — Samen, die in kaltem Wasser aufquellen · Salvia columbariae 748
Kleiner Wiesenknopf — zarte Blätter mit frischem Gurkengeschmack · Sanguisorba minor 751
Gewöhnliches Leimkraut — zarte Frühlingsblätter und aufgeblasene Blütenkelche · Silene vulgaris 754
Mariendistel — weiß marmorierte Blätter und scharfe Dornen · Silybum marianum 756
Ackersenf — große gelbe Blüten und junge scharfe Blätter · Sinapis arvensis 759
Hohe Rauke — scharfe junge Blätter vor dem Tumbleweed-Stadium · Sisymbrium altissimum 762
London-Rauke — lange Schoten und würziges Wintergrün · Sisymbrium irio 765
Weg-Rauke — kleine gelbe Blüten und junge scharfe Triebe · Sisymbrium officinale 767
Gewöhnliche Tomate — reife Früchte verwilderter Gartenpflanzen · Solanum lycopersicum 770
Acker-Gänsedistel — junge Blätter einer ausdauernden Pflanze · Sonchus arvensis 773
Raue Gänsedistel — glänzende stachelige Blätter und weiche Triebspitzen · Sonchus asper 775
Gemüse-Gänsedistel — weiche Blätter und weißer Milchsaft · Sonchus oleraceus 778
Zarte Gänsedistel — fein geschlitzte Blätter mit leichter Bitterkeit · Sonchus tenerrimus 781
Gartenspinat — zarte Blätter der kühlen Jahreszeit aus seltenem Gartenaussaat-Selbstwuchs · Spinacia oleracea 783
Vogelmiere — zartes Grün der Winter- und Frühlingsmonate · Stellaria media 785
Schraubenbohnen-Mesquite — essbare schraubenförmige Hülsen · Strombocarpa pubescens 789
Gewöhnlicher Löwenzahn — rohe Frühlingsblätter, Blüten und vorsichtig verwendbare Wurzeln · Taraxacum officinale 791
Neuseeländer Spinat — fleischige dreieckige Blätter am sandigen Küstensaum · Tetragonia tetragonoides 795

Inhalt

Großer Bocksbart — gelbe Blüten und zarte Frühjahrstriebe · Tragopogon dubius 797
Haferwurzel — junge weiche Wurzeln und violette Morgenblüten · Tragopogon porrifolius 800
Wiesen-Bocksbart — zarte Wurzeln und Frühlingsblätter unter gelben Blüten · Tragopogon pratensis 802
Inkarnatklee — scharlachrote Blütenähren auf Frühlingswiesen · Trifolium incarnatum 804
Rotklee — dreizählige Blätter und rosa-violette Blütenköpfe · Trifolium pratense 806
Weißklee — dreizählige grüne Blätter und helle Blütenköpfe · Trifolium repens 809
Große Kapuzinerkresse — runde Blätter, bunte Blüten und pfeffriger Geschmack · Tropaeolum majus 813
Südlicher Rohrkolben — zarte helle Stängelbasen unter schmalen Sumpfblättern · Typha domingensis 816
Breitblättriger Rohrkolben — junge rohe Triebe und Rhizome · Typha latifolia 818
Rasenbildende Heidelbeere — niedriger Teppich mit süßen blauen Bergbeeren · Vaccinium cespitosum 821
Dünnblättrige Heidelbeere — Waldstrauch mit fast schwarzen Sommerbeeren · Vaccinium membranaceum 823
Ovalblättrige Heidelbeere — blaue Waldbeeren des kühlen Nordens · Vaccinium ovalifolium 826
Immergrüne Kalifornische Heidelbeere — dunkle Früchte zwischen glänzenden Blättern · Vaccinium ovatum 829
Rote Heidelbeere — scharlachrote Beeren an dünnen grünen Zweigen · Vaccinium parvifolium 832
Rauschbeere — blaugraue Früchte kühler Bergwiesen · Vaccinium uliginosum 835
Langsporniges Veilchen — zartes Frühlingsgrün und violette Blüten · Viola adunca 837
Gelbes Waldveilchen — gelbe Blüten in feuchten Waldtälern · Viola glabella 840
Duftveilchen — duftende Frühlingsblüten und weiche Winterblätter · Viola odorata 843
Wildes Stiefmütterchen — kleine dreifarbige Blüten und junges Grün · Viola tricolor 846
Kalifornische Wildrebe — junge Ranken im Frühjahr und dunkle Trauben im Herbst · Vitis californica 849
Gird-Wildrebe — kleine dunkle Trauben südlicher Canyons · Vitis girdiana 852
Weinrebe — süße Trauben an alten Rebstöcken und Flussufern · Vitis vinifera 855
Kalifornische Fächerpalme — kleine dunkle Früchte der Wüstenoasen · Washingtonia filifera 857
Bananen-Yucca — starre Blätter, cremefarbene Blüten und weiche Wüstenfrüchte · Yucca baccata 859
Mojave-Yucca — stachelige Blätter und fleischige Wüstenfrüchte · Yucca schidigera 862
Jujube — Chinesische Dattel mit süßen Herbstfrüchten an dornigen Zweigen · Ziziphus jujuba 865

Wasser 868

Die Wintu — die Bäche, an denen sie lebten und Wasser holten 868
Die Kumeyaay — wie sie mit Steinen Wasser in den Tälern zurückhielten 870
Die Kamia — Wüsten-Kumeyaay, die die Brunnen von Yuha kannten 871
Ohlone und Coast Miwok — geflochtene Wasserbehälter 873
Die Chemehuevi — Wasser in natürlichen Felsbecken der Wüste 875
Die Karuk — wie sie ein kaltes Getränk aus Manzanita-Beeren zubereiteten 877
Die Nomlaki — wie sie Wasser aus einem Bach mit der hohlen Hand tranken 878
Die Kawaiisu — geflochtene Wasserflaschen und ein besonderer Harzlöffel 880
Die Yuki — wie sie natürliche Quellen in Nordkalifornien pflegten 882
Die Yurok — die Quelle We’itspek, aus der sie Trinkwasser holten 883
Die Miwok — wie sie aus kleinen geflochtenen Schöpfkörbchen tranken 885
Die Cahuilla — die abgestuften Erdbrunnen temakawomal 886
Die Cahuilla — wie sie ein süßes Mesquite-Getränk zubereiteten 888
Die Cahuilla — geflochtene nčat-Körbe zum Tragen von Wasser 890
Die Tachi Yokuts — eine Wasserflasche ah’ch aus Tule 891
Die Chemehuevi — wie sie kleine Wüstenquellen schützten 894

Unterkünfte 897

Die Kumeyaay — wie sie eine kuppelförmige e’waa-Behausung bauten 897

Inhalt

Die Kawaiisu — das winterliche tomo kahni als Schutz vor Regen 899
Die Coast Miwok — wie sie eine kotcha-Behausung aus Weiden und Tule bauten 901
Die Sierra Miwok — ein kegelförmiges Haus aus Rindenplatten ohne Mittelpfosten 903
Die Central Miwok — das tragbare tcaama-Haus 905
Die Payómkawichum — drei kíicha-Häuser aus Weiden, Rinde und Tule 907
Die Miwok — sommerlicher Schatten aus Stangen, Gras und Zweigen 910
Die Chemehuevi — ein offenes Sommerhaus mit Pflanzendach 912
Die Tachi Yokuts — ein großes ovales Haus aus Weidenstangen und Tule-Matten 913
Die Berg-Cahuilla — wie sie ein samat-Haus aus Stangen, Weiden, Yucca und Tule bauten 916
Die Cahuilla — ein rundes kish-Haus aus gebogenen Weidenzweigen 919

Schlaf 921

Die Sierra Miwok — wie sie eine Schlafstätte aus Kiefernnadeln herrichteten 921
Die Kumeyaay — schlafen auf Matten aus Tule 922
Die Tachi Yokuts — wie sie große Schlafmatten herstellten 924
Die Kawaiisu — wie sie im winterlichen tomo kahni schliefen 926
Die Plains Miwok — große Schlafmatten aus Tule 927
Die Chemehuevi — schlafen auf einer erhöhten Liege aus Zweigen 929

Pflanzen und Nahrung

Stockrose — frische Blütenblätter und zarte Blätter einer hohen Gartenblume · Alcea rosea

Alcea rosea

Im Sommer sieht man in Kalifornien an alten Häusern häufig hohe Stängel mit großen rosafarbenen, bordeauxroten, weißen oder fast schwarzen Blüten. Sie sitzen übereinander entlang des Stängels, wie eine senkrechte Blütengirlande. Das ist die Stockrose, eine alte Zierpflanze, die manchmal noch wächst, wenn der Garten längst verschwunden ist. Einige ihrer Teile eignen sich zum Rohverzehr: junge Blätter, frische Blütenblätter und das weiche Innere ganz junger Triebe.



Stockrose (Alcea rosea) mit hohem Blütenstängel, großen Blüten und weich behaarten gelappten Blättern

Dezidor · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine krautige zweijährige oder kurzlebige mehrjährige Pflanze, meist 1,5 bis 2,5 Meter hoch. Im ersten Jahr bildet sie bodennah große, rundliche oder herzförmige, lang gestielte Blätter. Sie sind flach gelappt, weich behaart und haben auffällige, strahlenförmig verlaufende Blattadern. Im folgenden Jahr wächst ein dicker, aufrechter Stängel mit wechselständigen Blättern und zahlreichen großen Blüten aus den Blattachseln seines oberen Abschnitts. Die Blüten haben fünf breite Kronblätter; gefüllte Sorten tragen oft mehrere dekorative Reihen. In der Mitte sitzt eine lange Staubblattsäule. Nach der Blüte bildet sich eine runde, in viele Teilfrüchte gegliederte Trockenfrucht, wie bei anderen Malvengewächsen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Alcea rosea als nicht heimisch und verzeichnet einzelne verwilderte Exemplare in verschiedenen kalifornischen Countys, darunter vereinzelte Nachweise in Sacramento und Yolo. Die meisten Pflanzen wachsen in Gärten, an Zäunen, bei historischen Gebäuden und auf ehemaligen Blumenbeeten. Die Stockrose ist keine typische wild wachsende Nahrungspflanze des Chaparrals oder der Nadelwälder. Zierpflanzungen können gegen Malvenrost und Schädlinge behandelt worden sein. Von solchen Pflanzen dürfen weder Blätter noch Blütenblätter gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blattrosetten erscheinen nach der Erwärmung im Frühling oder in mildem Klima bereits im Herbst. Junge, weiche Blätter stehen zur Verfügung, bevor der hohe Blütenstängel austreibt. Die Hauptblütezeit liegt im Sommer; in warmen Tälern kann sie vom späten Frühjahr bis zum Herbst reichen. Eine einzelne Blüte hält nicht lange. Frische Kronblätter werden deshalb am Tag des Aufblühens genommen, bevor sie welken. Ältere Blätter werden gröber, und der ausgewachsene hohe Stängel wird faserig.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blütenblätter und Knospen. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass sie roh gegessen werden. Sie haben einen milden pflanzlichen Geschmack und eine leicht schleimige Textur und können einer kalten Speise zarte Farbe und Volumen geben.

Junge Blätter. Sie werden roh und fein geschnitten gegessen, solange sie klein und weich sind. Das ältere behaarte Laub ist geschmacklich weniger angenehm.

Das Innere sehr junger Stängel. Auch dafür ist Rohverzehr bestätigt: Das äußere faserige Gewebe wird entfernt, und nur das weiche Mark bleibt übrig.

Die Wurzel ist als Stärkequelle nach besonderer Verarbeitung bekannt, gehört jedoch nicht zu einer Ernährung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Hibiscus syriacus, an anderer Stelle beschrieben, ist ein verholzender Strauch mit Blüten an einzelnen kurzen Zweigen. Die Stockrose hingegen bildet einen hohen krautigen Blütenstängel, an dem die Blüten entlang seiner Länge sitzen. Malva sylvestris bleibt normalerweise deutlich niedriger und hat kleinere Blüten. Gefüllte Stockrosen unterscheiden sich im Aufbau ihrer Blütenkrone; deshalb müssen auch Blätter, Stängel und Früchte verglichen werden. Nicht jede Zierpflanze ist essbar, nur weil ihre Blüten einer Malve ähneln. Pestizide und Fungizide im Garten bleiben selbst bei eindeutig bestimmter Art ein eigenes Risiko.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=166
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Alcea+rosea
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Alcea_rosea.jpg

Zugespitzter Wildlauch — rosafarbene Frühlingsdolden und schmale Blätter · Allium acuminatum

Allium acuminatum

An offenen Hängen Nordkaliforniens ragen im späten Frühjahr manchmal schlanke Stängel mit rosafarbenen, sternförmigen Blüten empor. Die schmalen Blätter am Grund erinnern an eine kleine Zwiebelpflanze; unter der Erde liegt eine kleine Zwiebel. Dies ist Allium acuminatum, auch tapertip onion genannt. Junge Blätter, Blüten und Zwiebeln wurden roh als scharfe Würze gegessen. Wild wachsende Laucharten haben allerdings lebensgefährliche Doppelgänger, vor allem den sogenannten Death Camas. Zwiebeln dürfen niemals allein aufgrund äußerlicher Ähnlichkeit gesammelt werden.



Allium acuminatum mit dünnen Grundblättern und rosafarbener Dolde aus spitz zulaufenden Sternblüten

Matt Lavin from Bozeman, Montana, USA · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein niedriges ausdauerndes Zwiebelgewächs, meist etwa 10–30 Zentimeter hoch, mit dünnen linealischen Grundblättern. Diese sind weich, manchmal flach, manchmal leicht rinnig, und entspringen einer kleinen Zwiebel mit Hüllschichten. Meist entwickelt sich ein einzelner aufrechter, nahezu blattloser Blütenstängel aus der Mitte des Blattschopfs. Am Ende öffnet sich eine Dolde aus vielen kleinen sternförmigen Blüten. Die sechs schmalen Blütenhüllblätter sind normalerweise rosa bis rosaviolett und haben auffällig verlängerte, spitze Enden, auf die der Artname acuminatum anspielt. In voller Blüte ähnelt der Blütenstand einer kleinen rosafarbenen Kugel. Später entstehen trockene Kapseln mit schwarzen Samen. Die Zwiebel ist klein, ungefähr 1–1,5 Zentimeter breit. Echtes Allium verströmt bei Verletzung den typischen Zwiebelgeruch. Doch weder fehlender noch vermeintlich ähnlicher Geruch allein darf als Erlaubnis zum Sammeln gelten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Plants For A Future beschreibt Allium acuminatum als Zwiebelgewächs des westlichen Nordamerikas von Washington bis Nordkalifornien. Kalifornische Fundmeldungen belegen die Art an eher trockenen offenen Berghängen und in steinigen Wiesen, die nach dem Winter noch genügend Feuchtigkeit speichern. In der Innenstadt von Sacramento bildet sie keine ausgedehnten Bestände; im Gebirge kann sie örtlich begrenzt auftreten und oberirdisch nur kurz sichtbar sein. In Schutzgebieten kann das Ausgraben verboten sein; außerdem vernichtet es die einzelne Pflanze. Bei zweifelsfreier Bestimmung wäre das Entnehmen eines kleinen Teils der Blätter oder Blüten weniger zerstörerisch als das Ausgraben einer Zwiebel.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Blätter erscheinen nach winterlicher Feuchtigkeit oder der Schneeschmelze, gewöhnlich im Frühling. Die Blüten öffnen sich meist im späten Frühjahr oder Frühsommer, im Gebirge auch später. Ein Artporträt nennt Mai bis Juni für gemäßigtes Klima; in Nordkalifornien hängt der Zeitpunkt jedoch von Höhe und Schneedeckendauer ab. Während der Blüte lassen sich die sechsstrahligen rosafarbenen Blüten und die Form der Dolde gut prüfen. Sobald die Samen reifen und das oberirdische Grün vertrocknet, ist der Standort der Zwiebel viel weniger eindeutig. Ohne Blüten sollte man sie nicht als Nahrung suchen.



Allium acuminatum mit dünnen Grundblättern und rosafarbener Dolde aus spitz zulaufenden Sternblüten

Wallace Keck / U.S. National Park Service · Public domain · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihre Verwendung im rohen Zustand. Sie haben einen recht kräftigen Zwiebelgeschmack und eignen sich in kleiner Menge für kalte Salate oder andere Blattgemüse. Nach der Blüte können ältere Blätter faserig sein.

Rosafarbene Blüten. Auch für frische Blüten ist der Rohverzehr in der Artquelle ausdrücklich genannt. Sie sind klein und würzig und können als Gewürz dienen. Einem kleinen Wildbestand sollte man nicht den Großteil seiner Blüten nehmen, damit Samen entstehen können.

Kleine Zwiebeln. Roh essbar sind sie nur bei vollkommen sicherer Artbestimmung. Sie sind winzig, und das Ausgraben tötet die Pflanze. Auf einer Wanderung sollte man vom Sammeln unterirdischer Teile besser ganz absehen: Die Gefahr einer Verwechslung mit giftigen Zwiebelgewächsen ist zu groß. Reife Samen werden in der Quelle erst nach Erhitzung beschrieben und gehören nicht zur Nahrung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Am gefährlichsten ist die Verwechslung mit Arten der Gattung Toxicoscordion (Death Camas). Auch sie besitzen schmale Grundblätter und sternförmige Blüten, meist cremefarben oder grünlich weiß. Sie sind tödlich giftig und kommen teilweise in denselben kalifornischen Pflanzengesellschaften vor. Andere Zwiebelgewächse sehen im frühen Entwicklungsstadium ebenfalls ähnlich aus. Zwiebelgeruch allein genügt nicht: Erforderlich ist die sichere botanische Bestimmung einer ausgewachsenen Pflanze, einschließlich der sechsteiligen Blüten und der Doldenstruktur. Pflanzen, an denen nur Blätter zu sehen sind, werden nicht gesammelt. Seltene heimische Lauchbestände lässt man selbst bei richtiger Bestimmung besser unberührt.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Allium+acuminatum
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=174
- https://www.fs.usda.gov/wildflowers/plant-of-the-week/allium_acuminatum.shtml

Schmalblättriger kalifornischer Lauch — weißrosa Dolden und kleine rohe Zwiebel · Allium amplectens

Allium amplectens

Im Frühjahr kann man an grasigen Hängen des kalifornischen Vorgebirges einen dünnen geraden Stängel sehen, dessen Spitze eine beinahe kugelige Dolde weißrosa Blüten trägt. Am Grund wachsen einige äußerst schmale Blätter; im Boden liegt eine kleine Zwiebel. Das ist Allium amplectens, ein schmalblättriger Wildlauch. In einem historischen Text des Olompali State Historic Park wird ausdrücklich bestätigt, dass seine Zwiebeln roh gegessen wurden. Beim Sammeln von Wildlauch ist jedoch äußerste Vorsicht nötig: Äußerlich ähnliche Toxicoscordion-Arten, die sogenannten Death Camas, sind tödlich giftig.



Allium amplectens mit sehr schmalen Blättern und einer kugeligen Dolde aus weißrosa Blüten

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ausdauernde Zwiebelpflanze, gewöhnlich 20–50 Zentimeter hoch. Aus einer kleinen runden oder eiförmigen Zwiebel wachsen zwei bis vier sehr schmale Blätter, manchmal weniger als zwei Millimeter breit. Ihre Oberfläche kann rinnig sein; oft vertrocknen sie bereits, wenn die Hauptblüte beginnt. Der meist einzelne Blütenschaft ist ziemlich glatt, zylindrisch und nahezu blattlos. Oben entwickelt sich eine kompakte Dolde mit etwa 10–50 kleinen Blüten. Jede besitzt sechs weiße, hellrosafarbene oder leicht lilafarbene Blütenhüllblätter und sechs Staubblätter. In voller Blüte gleicht die Dolde einer kleinen hellen Kugel. Beim Verwelken werden die Blütenhüllblätter papierartig und legen sich um den Fruchtknoten. Anschließend entstehen kleine Kapseln mit schwarzen Samen. Die äußeren Zwiebelschalen sind braun und netzartig gemustert; Botaniker vergleichen das Muster mit einem Fischgrätenmotiv. Für eine Bestimmung müssen die ausgewachsenen Blüten und die ganze Pflanze betrachtet werden: Eine Zwiebel oder ein schmaler Blattstreifen reichen nicht.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erkennt Allium amplectens als endemische Art Kaliforniens an. Viele Nachweise stammen aus Butte, Tehama, Shasta, Napa, Lake, Marin, Sonoma und Mendocino; Vorkommen sind auch für Placer, El Dorado und Sacramento County verzeichnet. Sie wächst an offenen Vorgebirgshängen, in lichten Eichenwäldern, lockeren Nadelholzbeständen und auf Böden, die im Winter feucht sind, im Sommer aber schnell austrocknen. Häufig findet man sie auf Serpentinböden. Für das Umland von Sacramento ist sie eine interessante heimische Zwiebelart, aber nicht so massenhaft vorhanden wie manche Blattpflanzen nach Regenfällen. Einzelne blühende Gruppen können sich auf wenige Quadratmeter eines geeigneten Hangs beschränken. Das Ausgraben vernichtet die einzelne Pflanze und ist in Schutzgebieten oft untersagt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter beginnen nach den Winterregen zu wachsen, solange der obere Boden kühl und feucht bleibt. Der Blütenstängel folgt im Frühjahr; an warmen kalifornischen Hängen können die Dolden schon im April oder Mai aufgehen, in kühleren Gegenden erst im Juni. Für den nordwestlichen Teil des Verbreitungsgebiets nennt das Burke Herbarium Mai bis Juli. Nach der Blüte reifen die Samenkapseln, Stängel und Blätter vertrocknen, und der oberirdische Teil verschwindet bis zur nächsten Saison. Die kleine Zwiebel überdauert ganzjährig im Boden, sollte aber niemals ohne ein blühendes Exemplar gesucht werden. Zur sicheren Bestimmung helfen die frische sechsteilige weißrosa Sternblüte und die charakteristisch schmalen Blätter.



Allium amplectens mit sehr schmalen Blättern und einer kugeligen Dolde aus weißrosa Blüten

Bureau of Land Management Oregon and Washington · Public domain · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Die kleine Zwiebel — roh. Eine Veröffentlichung des Olompali State Historic Park stellt für Allium amplectens ausdrücklich fest, dass die Zwiebeln roh oder geröstet gegessen wurden. In eine Ernährung ohne Feuer passt allein die erste Variante. Die Zwiebel schmeckt scharf nach Lauch, ist jedoch sehr klein und misst gewöhnlich nur etwa einen Zentimeter im Durchmesser. Ihre trockene äußere Hülle könnte entfernt und der innere Teil frisch gegessen werden — ausschließlich nach einwandfreier Bestimmung der blühenden Pflanze und bei rechtlich erlaubtem Ausgraben.

Keine Schlussfolgerung über andere rohe Pflanzenteile. Junge Blätter und Blüten anderer Allium-Arten können roh essbar sein. Die hier genannte konkrete historische Quelle dokumentiert für Allium amplectens jedoch gerade die Zwiebeln. Darum werden die übrigen Teile nicht als artspezifisch bestätigte Rohkost ausgegeben. Samen werden ebenfalls nicht verwendet.

Die Ernte schädigt den Bestand. Das Ausgraben der kleinen Zwiebel verhindert die Blüte derselben Pflanze im nächsten Jahr; gleichzeitig ist die gewonnene Nahrungsmenge äußerst gering. Selbst bei sicherer

Bestimmung ist es für Wandernde oft vernünftiger, die Pflanze stehen zu lassen. Ein so kleiner Ertrag rechtfertigt nicht das Risiko der Verwechslung mit einem giftigen Nachbarn.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Toxicoscordion, auch Death Camas genannt, wächst teilweise auf denselben Frühlingswiesen und hat ähnliche schmale Blätter sowie sternförmige sechsteilige Blüten. Diese Pflanzen sind jedoch tödlich giftig und dürfen nicht durch eine Geschmacksprobe bestimmt werden. Echte Allium-Arten riechen nach Zwiebeln, doch das ist lediglich ein ergänzendes und keinesfalls ausreichendes Merkmal. Allium unifolium trägt an Küstenhängen häufig breitere rosa Dolden, während bei Allium acuminatum die Blütenhüllblätter länger zugespitzt und kräftiger rosaviolett sind. Allium amplectens besitzt besonders schmale Blätter und oft nahezu weiße Blüten. Eine unbekannte blütenlose Pflanze neben einem sicher bestimmten Lauch darf nicht automatisch derselben Art zugerechnet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=175
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=175
- https://www.burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Allium+amplectens
- https://npshistory.com/publications/ebla/weiser.pdf
- https://static1.squarespace.com/static/5e2a215d45e116778f0ae9f0/t/61099687114e125a8a1f41f4/1628018325577/Plant%2Bsigns%2Bfor%2BOlompali%2BWeb%2Bsite%2B4-8-2021.pdf

Zweikamm-Lauch — Berggrün mit rosafarbenen Blütendolden · Allium bisceptrum

Allium bisceptrum

Auf feuchten Wiesen der Sierra Nevada erscheinen nach der Schneeschmelze niedrige Büschel schmaler grüner Blätter. Später wachsen darüber Blütenstängel mit rosavioletten, sternförmigen Blüten. Das ist Allium bisceptrum, eine der heimischen kalifornischen Laucharten. Ihre Zwiebeln, jungen Blätter und Blüten schmecken ausgeprägt nach Zwiebeln und können ohne Erhitzen verwendet werden.



Allium bisceptrum mit schmalen Bergwiesenblättern und einer rosavioletten sternförmigen Blütendolde

Gary A. Monroe / USDA-NRCS · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Zwiebelgewächs, meist 15–40 Zentimeter hoch. Aus der kleinen unterirdischen Zwiebel wachsen mehrere lange, flache oder leicht rinnige Blätter, die häufig schon im frühen Frühjahr zu sehen sind. Ihre Blattränder sind glatt, zur Spitze hin werden die Blätter allmählich schmaler. Der Blütenstängel ist blattlos, dünn und aufrecht. An seiner Spitze sitzt eine Dolde mit wenigen bis zahlreichen Sternblüten. Die sechs Blütenhüllblätter sind rosa oder lilafarben; in der Mitte befinden sich Staubblätter mit deutlich sichtbaren Staubbeuteln. Die Zwiebel ist klein, gewöhnlich etwa 1–1,5 Zentimeter im Durchmesser und mit dünnen trockenen Schalen bedeckt. Beim Zerreiben verströmen die Blätter echter Allium-Arten einen typischen Zwiebelgeruch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Allium bisceptrum als heimische kalifornische Art. Sie wächst auf Bergwiesen, an Bachufern, zwischen Kiefern- und Tannenwäldern sowie in höheren Bereichen der Sierra Nevada und anderer Gebirgszüge. In der trockenen Ebene des Sacramento Valley sind natürliche Bestände nicht zu erwarten. Auf einer geeigneten Bergwiese kann die Art kleine Gruppen bilden. Dies ist aber kein Grund, sämtliche Zwiebeln auszugraben: Der unterirdische Teil sichert den Austrieb im folgenden Jahr.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter erscheinen, wenn der Boden im Frühjahr durchfeuchtet ist; auf hohen Wiesen folgt ihr Wachstum der Schneeschmelze. Zartes Grün ist hauptsächlich im späten Frühjahr und Frühsommer zu finden. Die Blüte fällt gewöhnlich in den Sommer, ungefähr Juni bis August, abhängig von der Höhenlage. Wenn sich die Samen gebildet haben, werden die Blätter gelb und vertrocknen. Eine blühende Dolde erleichtert die Bestimmung; die jungen Blätter sind jedoch schon früher verfügbar, wenn die Art viel schwieriger zu erkennen ist.



Allium bisceptrum mit schmalen Bergwiesenblättern und einer rosavioletten sternförmigen Blütendolde

Dcrjsr · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zwiebeln. Plants For A Future nennt ihren Rohverzehr ausdrücklich. Der Geschmack ist kräftig und die Zwiebel klein, daher eignet sie sich eher als Würze als für eine größere Mahlzeit.

Junge Blätter. Sie werden frisch und fein geschnitten wie Frühlingszwiebelgrün gegessen. Harte alte Blätter sind weniger angenehm.

Blüten. Auch die geöffneten rosafarbenen Blüten eignen sich roh als kleine würzige Zugabe.

Samenstände, bei denen ethnobotanische Quellen das Gewinnen der Samen nach Erhitzen in Asche beschreiben, gehören nicht zur Ernährung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Andere heimische Allium-Arten unterscheiden sich durch Länge und Form der Blätter, Blütenfarbe und Größe der Dolde. Besonders gefährlich ist die Verwechslung junger Lauchpflanzen mit giftigen Toxicoscordion-Arten, den sogenannten Death Camas. Diese besitzen keinen eigentlichen Zwiebelgeruch. Man darf sich jedoch nicht allein auf dieses Merkmal verlassen: Nötig ist eine sichere Bestimmung anhand mehrerer Pflanzenteile, am besten zur Blütezeit. Unbekannte Zwiebeln werden niemals aus einer artenreichen Bergwiese ausgegraben.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9661
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Allium+bisceptrum
- https://ucjeps.berkeley.edu/eflora/eflora_display.php?tid=12726

Glocken-Lauch der Sierra — rohe junge Frühlingsblätter · Allium campanulatum

Allium campanulatum

Im Sommer fallen auf einer sonnigen Hochgebirgswiese der Sierra Nevada manchmal kleine Dolden mit dunkelrosa oder lilafarbenen glockenförmigen Blüten auf. Aus dem Boden wächst ein schlanker Blütenstängel; daneben bleiben schmale grüne Blätter mit Zwiebelgeruch. Das ist Allium campanulatum, eine heimische kalifornische Art. Das Volk der Washoe verwendete sie als Nahrung. Für den rohen Verzehr unterwegs sind die jungen Blätter am besten dokumentiert, nicht die unterirdischen Zwiebeln, die man ausgraben müsste.



Allium campanulatum mit schmalen Blättern und kleinen hängenden rosa-violetten Glockenblüten

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Zwiebelgewächs, gewöhnlich 15–40 Zentimeter hoch. Unterirdisch liegt eine kleine eiförmige Zwiebel mit dünnen Hüllschichten. Daraus wachsen zwei oder mehrere schmale, fast linealische Blätter. Sie sind grün und manchmal leicht rinnig; nach der Blüte vertrocknen sie allmählich. Der einzelne schlanke Blütenschaft endet in einer lockeren Dolde aus ungefähr zehn bis mehreren Dutzend sechsteiligen Blüten. Diese hängen etwas herab oder zeigen seitwärts. Die Blütenhüllblätter sind rosa, lavendelfarben oder violett, manchmal mit einer dunkleren Mittelader, und bilden eine kleine Glocke. Innen erkennt man sechs Staubblätter. Reife Früchte sind kleine dreifächrige Kapseln mit dunklen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora zählt Allium campanulatum zu den heimischen Arten Kaliforniens. Sie wächst an trockenen steinigen oder grasbewachsenen Berghängen, in Kiefernwaldgebieten und auf gut entwässerten Böden der Sierra Nevada und einiger innerer Gebirgsregionen. Im Gegensatz zu Allium validum ist sie nicht eng an sumpfige Bergwiesen gebunden und gehört nicht zur typischen Vegetation der städtischen Ebene von Sacramento. Nachweise existieren entlang von Gebirgswegen im Tuolumne County. In Nationalparks und Wilderness Areas kann das Sammeln eingeschränkt sein. Kleine Pflanzengruppen zu erhalten ist wichtiger, als einige Blätter zu gewinnen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Das Laub treibt nach der Schneeschmelze und der Erwärmung trockener Hänge im Frühjahr aus. Je nach Höhe sind frühe, zarte Blätter im späten Frühjahr bis zum Frühsommer zu finden. Die Blüten öffnen sich ungefähr von Ende Mai bis August; auf hohen Hängen verschiebt sich die Hauptblütezeit zum Juli. Nach der Fruchtbildung geht die Pflanze rasch in die Sommerruhe über und verschwindet nahezu von der Oberfläche, während die Zwiebel im Boden bleibt. Eine unbekannte trockene Rosette darf nicht als Hinweis dienen, eine Zwiebel auszugraben.



Allium campanulatum mit schmalen Blättern und kleinen hängenden rosa-violetten Glockenblüten

Alex Abair · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Eine Bildungsbroschüre über die Kulturpflanzen des Washoe-Volkes führt Allium campanulatum ausdrücklich unter den essbaren Laucharten mit derselben Nutzungsweise wie Allium validum auf: Die Blätter wurden roh als Grün gegessen, die Zwiebeln hingegen für Suppen und Brühen verwendet. Ohne Feuer eignen sich deshalb nur die weichen, dünnen Blätter, die man nach sicherer Bestimmung sparsam abschneidet. Sie lassen sich wie Frühlingszwiebeln zerkleinern und haben einen würzigen Geruch und Geschmack.

Die Zwiebel wurde traditionell gegessen, doch in der gefundenen artspezifischen Quelle wird gerade ihr Rohverzehr nicht gesondert nachgewiesen. Daher wird sie hier nicht empfohlen. Aus demselben Grund sind Blüten nicht in der Rohkostliste enthalten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Allium validum ist größer und wächst auf nassen Bergwiesen; seine Blätter sind gewöhnlich breiter. Allium bisceptrum trägt ebenfalls rosa Blütendolden, unterscheidet sich aber im Aufbau seiner Blätter und Blüten und bildet oft andere Pflanzengruppen. Die jungen Blätter giftiger Toxicoscordion-Arten können Lauch ähneln, und besonders die Zwiebeln im Boden sind gefährlich zu verwechseln. Entscheidend sind die echten sechsteiligen Allium-Blüten, der Blattbau und der Geruch. Letzterer darf nicht der einzige Beweis sein. Im Zweifel werden die Blätter nicht probiert.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140
- https://ppolinks.com/forestservicemuseum/2022_5_73.pdf
- https://www.calflora.org/app/ipl?vrid=gr16655

Kalifornischer Küstenlauch — purpurrosa Blüten an Meeresklippen · Allium dichlamydeum

Allium dichlamydeum

An der kühlen Pazifikküste Kaliforniens erscheinen im Frühjahr auf felsigen Grashängen manchmal schmale grüne Blätter, gefolgt von einem dünnen Stängel mit einer dichten Dolde rosavioletter Sternblüten. Es handelt sich um den kalifornischen Küstenlauch. Die zarten frischen Blätter und kleinen Zwiebeln wurden von Küstengemeinschaften roh gegessen. Die Pflanze ist als Würze interessant, nicht als bedeutende Nahrungsmenge.



Allium dichlamydeum mit schmalen Blättern und dichten purpurrosa Sternblütendolden an der Küste

Eric in SF · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Zwiebelgewächs, gewöhnlich ungefähr 15–45 Zentimeter hoch. Aus der unterirdischen Zwiebel wachsen mehrere schmale linealische Blätter. Oft ähneln sie dünnen grünen Bändern oder fast zylindrischen Röhrchen. Beim Zerreiben verströmen sie den typischen Zwiebel- und Knoblauchgeruch. Der Blütenschaft wächst getrennt davon und endet in einem doldenförmigen Blütenstand. Die kleinen Blüten haben jeweils sechs kronblattartige Blütenhüllblätter in kräftigem Rosa, Lavendel oder rötlichem Purpur. In der Mitte sind sechs Staubblätter erkennbar. Nach dem Verwelken entwickeln sich trockene dreifächrige Kapseln mit dunklen Samen. Gegen die Mitte der Trockenzeit werden die Blätter allmählich gelb; die Zwiebel überdauert im Boden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Allium dichlamydeum als heimische, auf Kalifornien begrenzte Art und nennt ungefähr zweihundert Beobachtungen. Sie ist vor allem mit Küstenwiesen, Meeresklippen und felsigen Hängen der mittleren und nördlichen Küste verbunden, etwa von Santa Barbara bis Mendocino. Sie kann außerdem in Küstenbuschland und auf Serpentinböden wachsen. Im Sacramento Valley ist sie keine gewöhnliche Feldlauch-Art, und in Süßwassersümpfen braucht man sie nicht zu suchen. Auf geschütztem Küstenland dürfen Pflanzen nicht gepflückt werden, wenn die Regeln der jeweiligen Fläche dies untersagen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die grünen Blätter treiben nach den kühlen Winterregen aus; im Küstenklima sind sie besonders zart im Spätwinter und Frühjahr. Die purpurfarbene Blütezeit liegt gewöhnlich zwischen April und Juni. Sie kann sich mit der Höhenlage und der Häufigkeit von Nebel verschieben. Wenn die Kapseln ausreifen, beginnen die Blätter zu vertrocknen. Zur Bestimmung eignet sich die Blütezeit am besten, nicht das frühe Frühjahr, wenn ähnliche schmale Blätter anderer Zwiebelgewächse danebenstehen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junges Grün und die Zwiebel. Der US-amerikanische National Park Service berichtet in seiner Artbeschreibung des Küstenlauchs, dass die Pomo und Kashaya sowohl das Grün als auch die Zwiebeln roh oder nach dem Kochen aßen. Für Nahrung ohne Feuer reichen einige frische weiche Blätter, klein geschnitten als Würze. Die Zwiebel wurde ebenfalls roh verzehrt, doch ihr Ausgraben tötet die Pflanze. Besonders bei kleinen Küstenpopulationen lässt man sie deshalb besser im Boden.

Die Blüten haben zwar Zwiebelgeruch. Für ihre Verwendung als eigenständige rohe Nahrung bei genau dieser Art liegt jedoch kein gesonderter Beleg vor, weshalb sie hier nicht als essbarer Teil aufgeführt werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Allium peninsulare bildet ebenfalls purpurfarbene Dolden, wächst aber häufig an grasigen inneren Vorgebirgshängen statt an Meeresklippen und unterscheidet sich in Blatt- und Blütenmerkmalen. Junge Blätter mancher Toxicoscordion-Arten ähneln Lauch, doch diese Pflanzen sind giftig. Der Zwiebelgeruch ist ein Hinweis, kein ausreichender Beweis. Man betrachtet die sechsteiligen Blüten, die Dolde, die Blätter und den Standort zusammen. Ohne blühende Pflanze und sichere Bestimmung werden weder das Grün noch insbesondere unterirdische Zwiebeln probiert.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=190
- https://www.nps.gov/prsf/learn/nature/coastal-onion.htm
- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=242101352

Rotschaliger Lauch — kleine Zwiebeln mit roter Hülle · Allium haematochiton

Allium haematochiton

An trockenen grasigen Hängen Südkaliforniens erscheinen nach den Winterregen manchmal kurze Büschel grüner, röhrenförmiger Blätter. Im Frühling öffnen sich darüber Dolden mit weißlichen Sternblüten, deren Mittelader einen feinen rosa oder rötlichen Streifen aufweisen kann. Unter der Erde liegt eine kleine Zwiebel mit dunkelroten äußeren Schalen. Das ist Allium haematochiton, der rotschalige Lauch, den lokale Völker als Nahrung verwendeten. Roh darf er nur bei zweifelsfreier Bestimmung gegessen werden.



Allium haematochiton mit röhrenförmigen Blättern und weißlichen Blüten; die Zwiebel besitzt rötliche Hüllen

Walter Siegmund (talk) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Zwiebelgewächs, meist 10–40 Zentimeter hoch. Aus der kurzen unterirdischen Basis treiben mehrere hohle schmale Blätter, deren Querschnitt rund oder schwach rinnig ist. Sie können im Herbst erscheinen und bis zur Frühlingsblüte grün bleiben. Der Blütenschaft ist vergleichsweise dünn, teilweise mit zwei nur schwach ausgeprägten Kanten, und endet in einer Dolde mit ungefähr 10–30 Blüten. Die sechs Blütenhüllblätter sind weißlich oder rosa, häufig mit einem dunkleren Mittelstreifen. Die Zwiebeln sind länglich und wachsen gelegentlich in Gruppen. Ihre äußeren Hüllen sind bräunlichrot bis dunkelrot, die inneren heller. Blätter und Zwiebel verströmen einen charakteristischen Zwiebelgeruch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erkennt Allium haematochiton als heimische Art Kaliforniens an; mehrere hundert Beobachtungen sind erfasst. Sie wächst in Küsten- und Binnengebirgen Südkaliforniens, auf grasigen Stellen im Chaparral, an lehmigen Hängen und auf offenen Lichtungen, gelegentlich auch auf Serpentinböden. Die University of California in Irvine verzeichnet sie in den San Joaquin Hills und Santa Ana Mountains. Für das trockene Sacramento Valley ist sie nicht typisch, auch wenn vereinzelte, weiter entfernte Populationen vorkommen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten Regenfällen treibt das Grün aus. Am zartesten ist es im Winter und zeitigen Frühjahr. Die Blütezeit liegt meist zwischen März und Mai, bevor die große Hitze beginnt. Bis zum Sommer vertrocknen die Blätter, und die unterirdische Zwiebel übersteht die Trockenzeit. Obwohl die kleine Zwiebel im Boden bleibt, vernichtet das Ausgraben den künftigen Austrieb dieser einzelnen Pflanze. In geschützten Naturgebieten ist die Entnahme dort verboten, wo dies die geltenden Regeln vorsehen.



Allium haematochiton mit röhrenförmigen Blättern und weißlichen Blüten; die Zwiebel besitzt rötliche Hüllen

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zwiebeln. Die Theodore Payne Foundation bezeichnet Allium haematochiton ausdrücklich als essbaren Lauch. Kalifornische ethnobotanische Materialien präzisieren den Verzehr von rohen oder gebackenen Zwiebeln. In diesem Atlas kommt allein die rohe Form in Betracht. Von einem sorgfältig bestimmten Exemplar werden die trockenen roten Hüllen entfernt und der kleine weißliche innere Teil frisch als scharfe Würze gegessen.

Frische Blätter riechen nach Zwiebel und ähneln in ihrer Verwendung dem Grün von Frühlingszwiebeln. Ein gesonderter, artspezifischer Nachweis, dass sie roh gegessen wurden, ist jedoch weniger eindeutig; der wichtigste belegte essbare Teil bleibt deshalb die Zwiebel. Samen und Wurzeln werden nicht gesondert als Nahrung aufgeführt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Allium triquetrum hat gewöhnlich lange dreikantige Blätter und hängende weiße Blüten. Allium hyalinum besitzt lockerere Frühlingsdolden und kleine Zwiebeln mit anderen Hüllen. Heimische Toxicoscordion-Arten können im frühen Blattstadium und bei den Zwiebeln ähnlich aussehen, sind aber giftig. Eine kleine weiße Zwiebel allein beweist keine Essbarkeit. Für eine verlässliche Bestimmung müssen die blühende Dolde, die Blattform und die roten Hüllen gemeinsam betrachtet werden. Unbekannte Zwiebeln aus gemischtem Grasbewuchs dürfen niemals gekostet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=196
- https://www.theodorepayne.org/nativeplantdatabase/index.php?title=Allium_haematochiton

- https://nathistoc.bio.uci.edu/plants/Alliaceae/Red-skinned%20Onion%20%28Allium%20haematochiton%29/Allium%20haematochiton.htm

Durchscheinender kalifornischer Lauch — weiße Frühlingssterne · Allium hyalinum

Allium hyalinum

Im Frühling lässt sich an grasbewachsenen Hängen des kalifornischen Vorgebirges manchmal ein kleiner Lauch mit dünnen Blättern und zarten weißen oder rosafarbenen Blüten entdecken. Wenn sie vollständig geöffnet sind, wirken ihre dünnen kronblattartigen Blütenhüllblätter beinahe durchsichtig. Das ist Allium hyalinum, ein auf Kalifornien begrenzter Wildlauch. In einem ethnobotanischen USDA-Leitfaden wird ausdrücklich beschrieben, dass seine Zwiebeln roh gegessen wurden.



Allium hyalinum mit zwei bis drei schmalen Blättern und lockeren weißen, leicht durchscheinenden Blüten

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ausdauerndes Zwiebelgewächs mit einer kleinen runden unterirdischen Zwiebel, gewöhnlich etwa 0,5–1 Zentimeter im Durchmesser. Sie ist von einer dünnen bräunlichen Hülle umgeben. Meist wachsen zwei oder drei schmale, lange, weiche Blätter. Sie sind leicht rinnig oder nahezu zylindrisch und beginnen zur Blütezeit an ihren Spitzen zu vertrocknen. Der aufrechte dünne Blütenschaft erreicht ungefähr 15–45 Zentimeter. An seiner Spitze sitzt eine lockere Dolde mit einigen bis mehreren Dutzend kleinen weißen oder blassrosafarbenen Sternblüten. Jede besitzt sechs Blütenhüllblätter; nach dem Verwelken werden diese halb durchsichtig und legen sich über dem Fruchtknoten zusammen. Die Blüten bilden keinen großen, dichten kugelförmigen Kopf.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Allium hyalinum als heimische, auf Kalifornien beschränkte Art. Besonders charakteristisch sind die Ausläufer der Sierra Nevada von Kern bis Butte sowie einige Teile der inneren Küstengebirge. Sie wächst an grasigen und steinigen Hängen, besonders auf schwerem Lehmboden, an moosigen Felsen und in Eichenwäldern des Vorgebirges. Im weiteren Sinn sind das Gebiete östlich des Sacramento Valley; auf städtischen Rasenflächen sollte man sie jedoch nicht erwarten. Die Zwiebeln sind winzig, und nach dem Ausgraben erholt sich ein Bestand nur langsam.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Diese Art gehört zu den frühen Frühlingslaucharten. Nach der Flora of North America blüht sie überwiegend von März bis Mai, wobei kalte oder niederschlagsreiche Jahre den Zeitraum verschieben. Die schmalen grünen Blätter erscheinen vor den Blüten, oft kurz nach den Winterregen. Zu Beginn des Sommers kann der oberirdische Pflanzenteil bereits vertrocknet sein. Weiße Blüten helfen bei der richtigen Bestimmung wesentlich mehr als trockene Triebe aus dem Vorjahr.



Allium hyalinum mit zwei bis drei schmalen Blättern und lockeren weißen, leicht durchscheinenden Blüten

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Die Zwiebel. Ein artspezifischer USDA-NRCS-Text berichtet, dass das Volk der Tübatulabal diesen Lauch als Nahrung verwendete und manche Zwiebeln roh aß. Die kleine Zwiebel hat ein kräftiges Laucharoma und eignet sich eher als scharfe Würze denn als Hauptnahrungsmittel. Für die Verwendung ohne Feuer entfernt man ihre trockene Hülle und isst den inneren Teil frisch.

Junges Grün ist bei vielen Allium-Arten essbar. In dem gefundenen Leitfaden fehlt jedoch eine gesonderte zuverlässige Beschreibung des Rohverzehrs gerade der Blätter von Allium hyalinum. Deshalb beschränkt

sich die belegte Nahrung in diesem Artikel auf die Zwiebel. Samen und Wurzeln werden nicht gesondert empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Im kalifornischen Vorgebirge gibt es viele Allium-Arten mit weißen und rosafarbenen Blüten, darunter Allium unifolium und Allium amplectens, die im Atlas bereits beschrieben werden. Der durchscheinende Lauch trägt gewöhnlich nur zwei oder drei schmale Blätter und eine lockere Dolde kleiner Sternblüten, die später durchsichtig wirken. Die größte Gefahr geht von anderen Frühlings-Zwiebelgewächsen mit ähnlich schmalen Blättern aus, insbesondere den giftigen Toxicoscordion-Arten. Ein unbekannter Austrieb darf nicht ausgegraben und zum Probieren verwendet werden. Die Blütenform muss erkennbar sein, und die Zugehörigkeit zu den echten Laucharten muss sicher feststehen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=203
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_alhy.pdf
- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=242101366

Neapolitanischer Lauch — weiße Blüten und mildes Knoblauchgrün · Allium neapolitanum

Allium neapolitanum

In einem alten Küstengarten können nach dem feuchten Winter Dolden mit weißen sechsteiligen Blüten über dem Gras aufragen. Vor der Blüte sieht die Pflanze wie ein kleines Büschel relativ breiter, zarter Blätter aus, die leicht nach Knoblauch riechen. Das ist der Neapolitanische Lauch — eine aus dem Mittelmeergebiet eingeführte Art, die in Kalifornien gelegentlich verwildert. Ihre Blätter, Blüten und Zwiebeln sind als Nahrung ohne Erhitzen bekannt.



Allium neapolitanum mit flachen grünen Blättern und vielblütiger Dolde aus weißen Sternblüten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Zwiebelgewächs, meist 20–50 Zentimeter hoch. Aus einer kleinen unterirdischen Zwiebel wachsen mehrere lange, schmale, vergleichsweise flache Blätter mit parallelen Adern und glatten Rändern. Der fast blattlose Blütenstängel ist gewöhnlich dreikantig oder leicht eckig. Oben öffnet sich ein doldenartiger Blütenstand mit zahlreichen weißen Sternblüten. Jede Blüte besitzt sechs weiße Blütenhüllblätter und auffällige Staubblätter. Nach der Bestäubung entstehen kleine Samenkapseln. Bei Verletzung verströmt ein Blatt den charakteristischen Geruch von Lauchverbindungen. An einem Geruch allein darf man aber weder eine unbekannte Pflanze bestimmen noch sie durch Kosten überprüfen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art stammt aus dem Mittelmeerraum. In Kalifornien kennt man sie vor allem aus Gärten und nur von einzelnen Funden außerhalb von Pflanzungen, besonders im milden Küstenklima, bei alten Siedlungen und in verlassenen Gärten. Sie darf nicht als massenhaft wachsende natürliche Grünpflanze des Bundesstaates beschrieben werden. Da sie oft in der Nähe von Zierpflanzungen vorkommt, sind beim Sammeln entscheidende Fragen: Wem gehört das Grundstück? Wurden Herbizide verwendet? Ist die Pflanze wirklich sicher als diese Art bestimmt?

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Winterregen treibt die kleine Zwiebel frisches Grün. An der Küste geschieht das häufig bereits im Winter, an kühleren Orten näher zum Frühling hin. Weiße Dolden öffnen sich gewöhnlich von März bis Mai. Danach werden die Blätter gelb, während die Zwiebel bis zur nächsten Saison im Boden bleibt. An trockenen Standorten endet die kurze Zeit des zarten Grüns schnell. Ohne Blüten ist es deutlich schwieriger, diese Art von verwandten Laucharten und ähnlich aussehenden Zwiebelgewächsen zu unterscheiden.



Allium neapolitanum mit flachen grünen Blättern und vielblütiger Dolde aus weißen Sternblüten

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blätter. Plants For A Future bestätigt, dass frische Blätter von Allium neapolitanum roh gegessen werden. Sie dienen als zarte Knoblauchwürze für kalte Speisen.

Blüten. Die weißen Blüten können frisch verwendet werden und schmecken leicht scharf nach Zwiebeln.

Zwiebel. Plants For A Future nennt auch den Rohverzehr der kleinen Zwiebel. Ihr Ausgraben tötet jedoch die Pflanze; bei wenigen verwilderten Exemplaren ist eine solche Entnahme nicht erwünscht.

Samen werden nicht empfohlen, da die verwendeten Quellen keine gesonderte Bestätigung für ihren rohen Verzehr liefern. Auf chemisch behandelten Zierbeeten darf selbst sicher bestimmter Lauch nicht gesammelt werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wachsen heimische und eingeführte Allium-Arten, die sich in Blattbreite, Blütenschaftform, Blütenfarbe und Aufbau der Zwiebeln unterscheiden. Die schwerwiegendste Gefahr bilden giftige Toxicoscordion-Arten, auch Death Camas genannt. Sie haben ebenfalls schmale parallelnervige Blätter und helle Sternblüten, gehören aber nicht zu den echten Laucharten. Weder eine weiße Dolde noch eine ähnliche Zwiebel reichen zur Bestimmung. Bei jeder Unsicherheit bleibt die Pflanze außerhalb des Speiseplans. Geschmacksproben zur Bestimmung sind unzulässig.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=214
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+neapolitanum
- https://powo.science.kew.org/

Kalifornischer Purpurlauch — kleine Zwiebeln und seltene Varietät · Allium peninsulare

Allium peninsulare

Auf einem sonnigen Hang zwischen trockenen Gräsern des Vorgebirges blüht im Frühjahr manchmal ein niedriger Lauch mit einer dichten Dolde leuchtend purpurfarbener Sternblüten. Seine Blätter sind schmal, und unter der Erde liegt eine kleine Zwiebel. Das ist Allium peninsulare, eine heimische Pflanze Kaliforniens und der benachbarten Baja California. Für die gewöhnliche Form wird beschrieben, dass ihre geschälten Zwiebeln roh gegessen wurden. Innerhalb der Art existiert jedoch auch eine äußerst seltene, geschützte Varietät, die in der Natur nicht gesammelt werden darf.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Zwiebelgewächs, gewöhnlich 10–40 Zentimeter hoch. Die kleine rundliche bis eiförmige Zwiebel hat trockene braune Hüllen, die unter einer Lupe ein netzartiges Muster zeigen. Meist wachsen zwei bis drei schmale Blätter, einige bis viele Zentimeter lang. Sie können fast zylindrisch oder leicht rinnig sein und trocknen allmählich von den Spitzen her aus. Ein schlanker Blütenschaft trägt eine Dolde aus zahlreichen kräftig karminroten, rosa oder satt purpurfarbenen Blüten. Jede besitzt sechs Blütenhüllblätter und sechs Staubblätter. Nach der Blüte entstehen kleine trockene Kapseln, die sich bei der Reife der schwarzen Samen öffnen. Für eine überzeugende Bestimmung müssen die blühende Dolde, die Blätter und die Zwiebelschalen untersucht werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Allium peninsulare als heimische kalifornische Art mit Hunderten Beobachtungen in südlichen und mittleren Countys, auf trockenen Grashängen, in Eichenwäldern des Vorgebirges und in offenen Gehölzbeständen. Nachweise liegen unter anderem aus San Diego, San Luis Obispo, Butte, Tuolumne und El Dorado vor; für Sacramento County ist nur ein einzelner Fund vermerkt. Besonders wichtig ist die Unterscheidung zweier Varietäten: var. peninsulare ist weiter verbreitet, während var. franciscanum den California Rare Plant Rank 1B.2 trägt. Letztere darf nicht gesammelt werden. Für Menschen ohne besondere botanische Kenntnisse ist es vernünftiger, Wildlauch grundsätzlich nicht auszugraben, wenn die Möglichkeit besteht, auf eine seltene Population zu stoßen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen erscheinen schmale grüne Blätter, gewöhnlich im Spätwinter und Frühjahr. In tiefen warmen Vorgebirgslandschaften liegt die Blütezeit überwiegend zwischen März und Mai, an kühleren Orten später, teilweise bis in den Frühsommer. Die Zwiebeln bleiben nach dem Vertrocknen der Blätter im Boden und überstehen die Trockenzeit. Am besten wird die Art während der Vollblüte beobachtet, wenn die charakteristische Farbe und Gestalt der Dolde zu erkennen sind. Anhand einer trockenen Hülle im Spätsommer ist sie kaum zuverlässig bestimmbar.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Die geschälte Zwiebel der gewöhnlichen Varietät. Kalifornische ethnobotanische Quellen beschreiben Allium peninsulare var. peninsulare ausdrücklich als essbaren Wildlauch, dessen Zwiebeln roh oder nach dem Kochen gegessen wurden. Die kleine weiße innere Partie wird von der trockenen Schale befreit; sie schmeckt kräftig nach Zwiebel und ist eher ein Gewürz als ein bedeutsames Nahrungsmittel.

Das Ausgraben tötet jedoch das einzelne ausdauernde Gewächs, und die seltene var. franciscanum darf keinesfalls berührt werden. Für Blüten oder Blätter liegen in den durchgesehenen Quellen keine ausreichenden gesonderten artspezifischen Nachweise des Rohverzehrs vor. Hier beschränkt sich die belegte Rohkost daher auf die Zwiebel der gewöhnlichen Form, während die Entnahme aus der Natur nicht empfohlen wird.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Allium dichlamydeum wächst gewöhnlich nahe dem Meer und unterscheidet sich in Blütenton und Dolde. Allium haematochiton hat oft rötliche äußere Zwiebelschalen und andere Blütenmerkmale. Die seltene Varietät von Allium peninsulare selbst erfordert einen botanischen Bestimmungsschlüssel. Man kann sie nicht allein anhand der Farbe ihrer Blütenhüllblätter unterscheiden. Ähnliche Toxicoscordion-Arten besitzen giftige Zwiebeln. Deshalb prüft man die Blätter, die Blüten der erwachsenen Pflanze und den Zwiebelgeruch, verlässt sich aber nie allein auf den Geruch. Unbekannte ausgegrabene Zwiebeln dürfen nicht gekostet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=223
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=224
- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=242101388
- https://seeyouknowthis.com/plant/562

Dreikantiger Lauch — weiße Glockenblüten und zartes Grün · Allium triquetrum

Allium triquetrum

In kalifornischen Küstengärten erscheint im Winter manchmal dichtes Grün, das langen Streifen gewöhnlicher Lauchblätter ähnelt. Bis zum Frühjahr hängen darüber weiße glockenförmige Blüten mit feinen grünen Streifen auf den Blütenhüllblättern. Am Blütenschaft sind drei Kanten zu erkennen, als bestünde er aus drei ebenen Seiten. Das ist Allium triquetrum, der Dreikantige Lauch, der aus dem Mittelmeergebiet stammt. Seine jungen Blätter und Blüten sind als Nahrung ohne Feuer bekannt. Das Sammeln unbekannter Zwiebelgewächse ist jedoch äußerst gefährlich: Unter ähnlich aussehenden Garten- und Wildpflanzen gibt es stark giftige Arten.



Dreikantiger Lauch (Allium triquetrum) mit hängenden weißen Glockenblüten und grünen Streifen

Hans Hillewaert · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ausdauerndes Zwiebelgewächs, meist mehrere Dutzend Zentimeter hoch. Aus einer kleinen unterirdischen Zwiebel wachsen im Winter flache, recht schmale und weiche Blätter, die zunächst büschelig stehen und sich später neigen. Der glatte Blütenschaft ist nicht rund, sondern im Querschnitt eindeutig dreikantig. An seinem Ende hängt eine Dolde aus mehreren weißen, sechsteiligen Blüten. Über die Mitte eines weißen Blütenhüllblattes verläuft häufig eine dünne grüne Ader. Die Blütenstiele biegen sich abwärts, sodass der Blütenstand wie ein Büschel kleiner weißer Laternen aussieht. Wird eine richtig bestimmte Pflanze verletzt, entsteht der typische Zwiebel-Knoblauch-Geruch. Dieser Geruch allein beweist jedoch keine Essbarkeit. Nach der Blüte bilden sich Samenkapseln; die oberirdischen Blätter vertrocknen zum Sommer hin.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora zählt Allium triquetrum zu den nicht heimischen Arten auf gestörten Standorten Kaliforniens. Am besten bekommt ihm das milde Klima der Küsten-Countys mit feuchten Wintern. Er bildet auffällige Gruppen an alten Gärten, an Rändern feuchter Wege, im Schatten von Sträuchern und neben Bächen. In der Central Valley verkürzt der heiße trockene Sommer die Zeit des grünen Wachstums. Man darf die Art nicht als überall verfügbare Wildnahrung von Sacramento darstellen. Sie kann sich durch Zwiebelchen und Samen rasch vermehren und niedrigere Vegetation verdrängen. Auch außerhalb eines Gartens ist sie keine heimische Pflanze der natürlichen Flora.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Das meiste Grün erscheint nach den ersten länger anhaltenden Herbst- und Winterregen. An milden Orten sind Blätter vom Spätherbst bis zum Frühjahr vorhanden. Die weißen Blüten öffnen sich im Spätwinter und Frühjahr; der genaue Zeitraum hängt stark von Temperaturen und Niederschlägen ab. Nach der Blüte werden die Blätter gelb und trocken, während die kleine Zwiebel unterirdisch bis zur nächsten feuchten Jahreszeit überdauert. Grün und Blüten findet man also vor allem in der kühlen Jahreshälfte; im Sommer fehlt normalerweise ein oberirdischer Nahrungsertrag.



Dreikantiger Lauch (Allium triquetrum) mit hängenden weißen Glockenblüten und grünen Streifen

Tigerente · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future nennt sie ausdrücklich als roh essbaren Teil von Allium triquetrum. Sie schmecken mild nach Knoblauch und Zwiebel und lassen sich in kleinen Mengen anderem Grün beimischen. Ältere Blätter werden härter und sterben nach der Blüte schnell ab.

Weiße Blüten. Derselbe Artenführer bestätigt ihren Rohverzehr. Sie sind saftig und leicht lauchartig scharf. Diese kleine Frühlingsnahrung wird nur von Pflanzen genommen, die auch anhand des dreikantigen Blütenschafts, der Blätter und der Dolde eindeutig bestimmt wurden.

Kleine Zwiebel. Auch ihr Rohverzehr ist für die Art belegt. Das Ausgraben vernichtet jedoch das einzelne Exemplar und ist bei falscher Bestimmung besonders gefährlich. Beim Sammeln in der Natur ist es deshalb viel vernünftiger, sich auf Blätter und Blüten sicher bestimmter Pflanzen zu beschränken und unterirdische Teile ohne zwingenden Grund nicht auszugraben.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Unbekannte Zwiebelpflanzen dürfen niemals gekostet werden. Blätter von Narzissen (Narcissus) können dem Lauchgrün ähneln, ihre Zwiebeln sind jedoch giftig. Ein weiterer gefährlicher Gartendoppelgänger ist das Maiglöckchen (Convallaria majalis), dessen Blätter breiter sind und dessen Blüten anders gebaut sind. Für Allium triquetrum sprechen gemeinsam der dreikantige Blütenschaft, hängende weiße Blüten mit grüner Linie und der Lauchgeruch. Kein einzelnes Merkmal garantiert Sicherheit. Auch richtig bestimmter Lauch aus chemisch behandelten Zierpflanzungen darf wegen der Rückstände nicht gegessen werden. In Schutzgebieten werden Zwiebeln nicht ausgegraben und Böden nicht aufgewühlt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=238
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Allium+triquetrum

Einblättriger Lauch — zartrosa Blütendolden an Küstenhängen · Allium unifolium

Allium unifolium

Im Frühjahr erheben sich an feuchten, steinigen Küstenhängen Kaliforniens dünne Blütenschäfte mit schönen rosa Dolden kleiner Sternblüten. Am Grund wachsen einige schmale grüne Blätter; darunter liegt eine kleine echte Zwiebel. Das ist Allium unifolium, der Einblättrige Lauch, der trotz seines Namens häufig mehr als ein Blatt trägt. Blätter, Blüten und Zwiebeln sind als roh essbar beschrieben. Ohne sichere Bestimmung darf er jedoch nicht selbst gesammelt werden: In Kalifornien wachsen neben echten Laucharten tödlich giftige vermeintliche Lauchpflanzen, die als Death Camas bekannt sind.



Allium unifolium mit zartrosa sternförmigen Blüten in einer dichten Dolde und schmalen Grundblättern

Toedrifter · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein heimisches ausdauerndes Zwiebelgewächs, etwa 20–60 Zentimeter hoch. Im Boden befindet sich eine kleine ovale Zwiebel mit trockenen Hüllen, ungefähr 1–1,5 Zentimeter im Durchmesser. Daraus entstehen gewöhnlich ein bis drei recht schmale, linealische oder leicht flache Blätter, die oft schon während der Blüte gelb werden. Der aufrechte glatte, beinahe blattlose Schaft trägt eine dichte Dolde aus einigen bis vielen kleinen Blüten. Jede ist rosa, weißrosa oder lila, mit sechs schmalen Blütenhüllblättern und sechs Staubblättern. Bei voller Blüte gleicht die Dolde einer kleinen Kugel aus Sternen. Nach der Bestäubung entstehen dreifächrige Samenkapseln mit schwarzen Samen; die Blütenhüllblätter vertrocknen. Gegenüber einigen anderen heimischen Laucharten besitzt diese Art eine vergleichsweise zarte Palette verschiedener Rosatöne und wächst häufig auf im Frühling feuchten Böden der Küstengebirge. Der Name „einblättrig“ ersetzt keine vollständige botanische Bestimmung.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Allium unifolium als kalifornischen Endemiten mit Nachweisen in Marin, Sonoma, Napa, Contra Costa, Santa Cruz, San Mateo, Mendocino und weiteren Countys. Typische Vegetationsgemeinschaften sind Chaparral, Mixed Evergreen Forest und Closed-cone Pine Forest, besonders im Frühjahr feuchte offene Wiesen und steinige Hänge der Küstengebirge. Für Sacramento County gibt es kaum natürliche Nachweise; dieser Lauch ist keine gewöhnliche Frühlingspflanze der städtischen Talebene. Auf geeignetem Gelände können blühende Gruppen wachsen, doch die Zahl ihrer kleinen Zwiebeln ist begrenzt. Eine ausgegrabene Zwiebel bedeutet den Tod der Pflanze. Für künftige Blüten und Samen lässt man sie besser stehen und entnimmt, wo überhaupt erlaubt, höchstens sehr wenige Blätter.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen wachsen neue grüne Blätter aus der Zwiebel. Auf warmen westlichen Hängen geschieht das normalerweise im Spätwinter und Frühjahr. Später entwickelt sich der Blütenschaft, und die rosa Dolden blühen im Frühjahr und Frühsommer. Plants For A Future nennt Juni bis Juli für gemäßigtere Gebiete; in Kalifornien können die Termine früher liegen. Nach der Reife der kleinen Kapseln vertrocknet das Laub, und die oberirdischen Teile verschwinden allmählich bis zur nächsten Regenzeit. Zum Essen junger Blätter wäre das frische grüne Stadium entscheidend, für Blüten die vollständig geöffnete Dolde. Auf einem trockenen, blütenlosen Hang sollte nicht nach Zwiebeln gesucht werden.



Allium unifolium mit zartrosa sternförmigen Blüten in einer dichten Dolde und schmalen Grundblättern

Michal Maňas (Snek01) · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr. Sie schmecken typisch nach Lauch, kräftig, aber normalerweise milder als Kulturknoblauch. Wenige sicher bestimmte Blätter lassen sich für einen kalten Salat oder frisches Gemüse zerkleinern.

Frische Blüten. Auch ihr Rohverzehr wird von Plants For A Future bestätigt. Sie können in kleiner Menge als Würze verwendet werden, doch die Dolden eines kleinen Bestandes dürfen nicht sämtlich abgepflückt werden.

Zwiebel. Ihre rohe Essbarkeit ist bestätigt. Sie ist jedoch sehr klein, und das Ausgraben nimmt der Pflanze die Überlebensmöglichkeit. Für eine praktische Ernährung ohne Feuer sollte man darauf verzichten, insbesondere auf geschützten Flächen. Eine unbekannte „kleine Zwiebel“ ist nicht schon wegen ihrer Form essbar.

Gefahr. Toxicoscordion-Arten (Death Camas) können ähnliche schmale Grundblätter und weißliche Sternblüten tragen, enthalten aber lebensgefährlich giftige Stoffe. Lauch wird nicht gesammelt, wenn die

Bestimmung allein anhand der Blätter oder des Geruchs erfolgte, ohne eine erwachsene blühende Pflanze. Große Mengen Lauch können auch für Haustiere giftig sein.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Allium amplectens hat meist noch schmalere Blätter und vorwiegend weiße oder hellrosa kompakte Dolden, oft an im Frühjahr trockenen Hängen. Allium acuminatum besitzt spitzer auslaufende rosaviolette Blütenhüllblätter und ein anderes hauptsächliches Bergverbreitungsgebiet. Echte Allium-Arten riechen beim Zerreiben nach Lauch, doch das allein genügt nicht zur sicheren Bestimmung. Alle artcharakteristischen Merkmale müssen übereinstimmen. Death Camas (Toxicoscordion) hat ebenfalls sechsteilige Blüten und den ähnlichen Aufbau eines Zwiebelgewächses, seine Zwiebeln sind jedoch tödlich giftig. Auch wenn in einer benachbarten Gruppe ein Lauch sicher bestimmt wurde, dürfen unbekannte Blätter aus einem gemischten Bestand nicht zusammen gesammelt werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=240
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+unifolium
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Alliumunifoliumbloom.jpg

Pazifischer Sumpflauch — lilafarbene Blüten feuchter Bergwiesen · Allium validum

Allium validum

Auf einer feuchten Hochgebirgswiese neben einem Bach wachsen manchmal kräftige Gruppen langer, flacher Lauchblätter. Im Hochsommer stehen darüber dichte Kugeln aus rosa-lilafarbenen Blüten. Es handelt sich um den Pazifischen Sumpflauch, der unter den kalifornischen Laucharten ungewöhnlich ist, weil er dauerhaft feuchten Bergboden bevorzugt. Für seine Zwiebeln, Blätter und Blüten ist der Rohverzehr jeweils ausdrücklich belegt.



Allium validum mit breiten flachen Blättern und dichter rosa-lilafarbener Blütendolde auf feuchter Bergwiese

Bob Moseley / USDA-NRCS · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde Zwiebelpflanze, meist 30–70 Zentimeter hoch. Unterirdisch liegen mehrere längliche Zwiebeln in Gruppen an dicken kurzen Rhizomen. Die Blätter sind lang und flach, etwa 4–15 Millimeter breit, gewöhnlich drei bis sechs je Pflanze. Sie können selbst während der Blütezeit grün bleiben. Ein aufrechter Blütenschaft trägt eine dichte Dolde aus zahlreichen sechsteiligen Sternblüten, rosa bis purpurlila gefärbt. Die äußeren Zwiebelschalen sind bräunlich, innen sind sie weißlich oder purpurfarben überhaucht. Zerdrückte grüne Blätter und Zwiebeln verströmen den typischen Lauchgeruch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Allium validum als heimische Art Kaliforniens, insbesondere aus Bergwiesen, sumpfigen Bachrändern und nassen Standorten in Kiefern-, Tannen- und subalpinen Wäldern. Geeignete Lebensräume liegen in der Sierra Nevada und den nördlichen Gebirgszügen. Im heißen, niedrig gelegenen Sacramento wächst dieser Lauch in der Natur praktisch nicht. Die Empfindlichkeit nasser Wiesen bedeutet, dass Besucher keine dichten Pflanzengruppen zertreten und die Grasnarbe nicht aufreißen dürfen, um Zwiebeln zu gewinnen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter treiben nach der Schneeschmelze aus, in Gebirgslebensräumen manchmal erst im späten Frühjahr. Die botanischen Quellen geben als Blütezeit gewöhnlich Juni bis August an, häufig Juli und August. An früh entwickelten Pflanzen sind Blätter bereits vor der Blüte verfügbar, junge Blüten während einiger Wochen. Gegen Ende der Vegetationszeit werden die oberirdischen Teile allmählich gelb, die unterirdische Pflanzengruppe bleibt erhalten.



Allium validum mit breiten flachen Blättern und dichter rosa-lilafarbener Blütendolde auf feuchter Bergwiese

Dcrjsr · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zwiebeln. Plants For A Future führt sie ausdrücklich als roh essbar auf. Sie können verhältnismäßig groß und faserig sein und schmecken stark nach Lauch.

Blätter. Sie werden ebenfalls roh gegessen, solange sie saftig sind, zum Beispiel fein geschnitten wie Frühlingszwiebelgrün.

Blüten. Frische lilafarbene Blüten eignen sich als kleine würzige Zugabe zu kalten Speisen.

Praktisch ist es besser, wenige Blätter und Blüten abzuschneiden, anstatt Zwiebeln auszugraben, damit die mehrjährige Pflanzengruppe weiterwächst. Würzgrün ersetzt keine vollwertige Nahrung. Große Mengen von Lauchgewächsen können den Magen reizen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Allium bisceptrum bleibt gewöhnlich kleiner und hat meist schmalere Blätter. Beim Sumpflauch sind die Blätter vergleichsweise breit, und die Bestände stehen auf nassen Bergwiesen. Nicht verwechselt werden darf er mit Lilien, Schwertlilien, Germerarten oder giftigen Toxicoscordion-Arten, die ebenfalls auf feuchten Wiesen wachsen können. Echter Lauch riecht nach Zwiebeln, doch dieser Geruch ersetzt nicht die botanische Prüfung von Blüten, Blättern und unterirdischem Aufbau. Auf geschützten Bergwiesen kann jegliche Entnahme verboten sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=241
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+validum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Allium+validum

Weinberg-Lauch — röhrenförmige Blätter und Brutzwiebeln · Allium vineale

Allium vineale

Auf alten Weiden und an Straßenrändern Westkaliforniens wachsen manchmal Büschel dünner grüner Röhrchen, die nach Knoblauch riechen. Zu Beginn des Sommers erhebt sich ein runder Stängel, an dessen Ende oft eine Ansammlung winziger Brutzwiebelchen mit wenigen Blüten sitzt. Das ist der Weinberg-Lauch, eine aus Europa und Asien eingeführte Pflanze. Seine jungen Blätter und oberirdischen Brutzwiebelchen sind als roh essbare Gewürze bestätigt.



Allium vineale mit hohlen röhrenförmigen Blättern und rundem Blütenstand aus kleinen Brutzwiebelchen

Hüseyin Cahid Doğan · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ausdauerndes Zwiebelgewächs, ungefähr 20–80 Zentimeter hoch. Aus einer kleinen unterirdischen Zwiebel wachsen in der kühlen Jahreszeit schmale dunkelgrüne röhrenförmige Blätter. Sie sind hohl, im Querschnitt rund und verströmen beim Abbrechen starken Knoblauchgeruch. Der aufrechte Blütenschaft ist meist länger als die Blätter. An seiner Spitze entwickelt sich eine kleine rundliche Dolde, in der statt eines Teils der Blüten zahlreiche winzige oberirdische Brutzwiebelchen wachsen. Diese sind zunächst grün, später bräunlich oder purpurfarben. Echte Blüten, soweit vorhanden, sind klein, meist rosa oder purpurfarben und haben sechs Blütenhüllblätter. Die oberirdischen Teile sterben im Sommer ab und treiben im Herbst erneut aus.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Allium vineale als nicht heimische Art, die in Kalifornien örtlich begrenzte Vorkommen bildet. Nachweise liegen unter anderem aus Sonoma, Napa, Mendocino, Sacramento, Placer und El Dorado vor. Die Pflanze wächst auf Wiesen, in alten Gärten, an Weiderändern und auf gestörten Grasflächen. Sie ist kein überall verbreiteter Wildknoblauch von Sacramento; an vielen Orten fehlt sie ganz. An Fernstraßen und in der Nähe chemisch behandelter Weinberge scheidet das Sammeln für die Ernährung aus.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im mediterranen Klima treibt die Pflanze oft nach den Herbstregen aus. Zarte röhrenförmige Blätter erscheinen im Winter und Frühjahr, manchmal bis zum Frühsommer. Der Blütenschaft mit oberirdischen Brutzwiebelchen entwickelt sich eher zum späten Frühjahr oder Sommer. Danach werden die oberirdischen Teile gelb und trocken, die Zwiebeln im Boden überdauern die Trockenzeit. Die besten Blätter sind jung, weich und noch grün; später werden sie hart.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich. Sie sind faseriger als gewöhnliches Frühlingszwiebelgrün und eignen sich deshalb vor allem fein geschnitten und in kleinen Portionen als Gewürz.

Oberirdische Brutzwiebelchen. Sie werden ebenfalls als roh essbar aufgeführt, schmecken kräftig nach Knoblauch und können vorsichtig vom Blütenstand abgenommen werden, ohne die Pflanze auszugraben.

Die unterirdische Zwiebel wird in Beschreibungen der Art als Gewürz erwähnt; ein eigenständiger, eindeutig belegter Rohverzehr ist für sie jedoch nicht klar genug ausgewiesen. Daher konzentriert sich dieser Artikel auf Blätter und oberirdische Brutzwiebelchen. Trockene Blütenschäfte werden nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Vom Dreikantigen Lauch, Allium triquetrum, unterscheidet sich der Weinberg-Lauch durch seine zylindrischen hohlen Blätter und die Brutzwiebelchen im Blütenstand. Der Dreikantige Lauch trägt weiße glockenförmige Blüten. Bei manchen anderen Allium-Arten sind die Blätter flach und die Dolden bestehen ausschließlich aus Blüten. Junge röhrenförmige Blätter ohne Blütenschaft können dekorativen Rasenpflanzen ähneln. Insbesondere darf Lauch nicht mit giftigen Toxicoscordion-Arten und ähnlichen Zwiebelgewächsen verwechselt werden. Knoblauchgeruch ist hilfreich, ersetzt jedoch weder die Kombination sämtlicher Merkmale noch die Prüfung einer blühenden Pflanze.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=242
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Allium+vineale
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=242

Weißer Amarant — winzige rohe Samen einer sommerlichen Steppenroller-Pflanze · Amaranthus albus

Amaranthus albus

Auf einer trockenen Brachfläche oder neben einem alten Acker wächst im Sommer manchmal ein hellgrüner Busch mit vielen feinen Zweigen. Bis zum Herbst reifen an den Blattbasen winzige trockene Fruchtkapseln mit dunklen Samen. Das ist der Weiße Amarant, eine häufige Ruderalpflanze vieler Gegenden Kaliforniens. Für diese Art ist ausdrücklich der Rohverzehr der Samen dokumentiert. Das junge Grün wird in den geprüften Quellen überwiegend nach dem Kochen beschrieben; daher werden die Blätter hier nicht als Salat empfohlen.



Amaranthus albus mit hellen verzweigten Stängeln, kleinen wechselständigen Blättern und Blütenknäueln

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige Pflanze, gewöhnlich 20–70 Zentimeter hoch, bei unzureichender Feuchtigkeit auch kleiner. Ihre zahlreichen hellgrünen oder weißlichen Stängel verzweigen sich fast vom Grund an und bilden gegen Ende der Saison einen lockeren rundlichen Busch, den der Wind rollen kann. Die Blätter sind klein, wechselständig, oval bis verkehrt eiförmig, ganzrandig und kurz gestielt. Mitunter haben sie an der Spitze eine kleine Einbuchtung. Die winzigen grünlich weißen Blüten stehen nicht in einer großen endständigen Rispe, sondern überwiegend in kleinen Knäueln an den Blattbasen. Die ungefähr einen Millimeter großen Samen sind rund, glatt, glänzend und meist dunkelbraun oder schwarz.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Amaranthus albus als nicht heimisches einjähriges Kraut und enthält mehr als tausend Beobachtungen. Die Art kommt auf offenen trockenen und gestörten Flächen im ganzen Bundesstaat vor: im Sacramento Valley, an der Küste, im Vorgebirge und im Süden. Sie wächst oft am Ackerrand, am Straßenrand oder auf verdichtetem Boden. Zum Sammeln roher Lebensmittel eignen sich jedoch ausschließlich saubere Stellen fern von Straßen, Industrieflächen, tierischen Abfällen und Herbiziden. Auf stark mit Stickstoff gedüngten Feldern sind insbesondere die grünen Pflanzenteile unerwünscht.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen keimen gewöhnlich nach der Erwärmung im Frühjahr, sobald der Boden ausreichend warm geworden ist. Im Sommer verzweigt sich die Pflanze rasch und bildet zahlreiche grünliche Blütenknäuel. Die Samen reifen im Spätsommer und Herbst, wenn die papierartigen Hüllen leicht aufgehen. Schüttelt man einen vollständig ausgereiften trockenen Zweig vorsichtig über einem sauberen Gefäß, können Dutzende winziger Samen herausfallen. Bei feuchtem Wetter muss das Sammelgut rasch und ohne Schimmelbildung getrocknet werden.



Amaranthus albus mit hellen verzweigten Stängeln, kleinen wechselständigen Blättern und Blütenknäueln

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausgereifte Samen. Plants For A Future nennt ihren Rohverzehr ausdrücklich. Sie sind sehr klein und hart. Ganze Samen einfach hinunterzuschlucken ist nicht der beste Weg, um Nährstoffe zu gewinnen; ein erheblicher Teil kann unverdaut durch den Verdauungstrakt gelangen. Saubere Samen können sorgfältig von Hand zu feinem rohem Schrot zerrieben und mit kaltem Wasser oder einer anderen bereits verzehrfertigen Speise gemischt werden. Zuvor müssen trockene scharfkantige Stängelreste, Staub und Insekten ausgesiebt werden.

Die Blätter dieser Art werden im Artenführer vorwiegend zum Verzehr nach dem Kochen empfohlen; in der Ernährung ohne Feuer werden sie daher nicht verwendet. Samen von Pflanzen auf verschmutztem Boden dürfen nicht gesammelt werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Amaranthus retroflexus besitzt meist einen dickeren aufrechten Stängel, größere Blätter und eine kräftige endständige Rispe. Beim Weißen Amarant sitzen die Blütenstände in kleinen Knäueln in den Blattachseln. Amaranthus blitoides, im Atlas ebenfalls beschrieben, kriecht stärker über den Boden und unterscheidet sich in Trieben und Früchten. Anhand eines einzelnen schwarzen Samens kann kein Amarant bestimmt werden. Zuerst müssen die Wuchsform des ganzen Busches, die Blätter, die Lage der Blütenknäuel und die reifen Früchte geprüft werden. Ähnliche Amarantarten können stellenweise Nitrate und Oxalate anreichern.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=271
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Amaranthus+albus
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=271

Niederliegender Amarant — ein sommerlicher Teppich aus Blattgrün · Amaranthus blitoides

Amaranthus blitoides

Im Sommer breitet sich auf trockenem gestörtem Boden manchmal ein niedriger, weiter Teppich aus vielen dünnen Zweigen aus. Kleine ovale Blätter bilden eine dichte grüne Fläche; an ihren Ansätzen sitzen unscheinbare grünliche Blütenstände. Es handelt sich um Amaranthus blitoides, den Niederliegenden Amarant, eine in Kalifornien heimische Art. Seine jungen Blätter können ohne Erhitzen gegessen werden. Allerdings ist der Geschmack mitunter recht scharf oder herb, und kleine Portionen sind vorzuziehen.



Amaranthus blitoides mit bodennahen verzweigten rötlichen Trieben und kleinen ovalen Blättern

Amirh. absnd · CC0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige krautige Pflanze. Ihre Stängel liegen am Boden, laufen von einer zentralen Wurzel auseinander und richten an den Enden gelegentlich ihre Spitzen auf. Einzelne Triebe können 20–60 Zentimeter und mehr erreichen. Die kleinen Blätter sind wechselständig, elliptisch bis verkehrt eiförmig, ganzrandig und kurz gestielt. Oft sind die vielfach verzweigten Stängel rötlich und fleischig. Winzige grünliche Blüten stehen in dichten Knäueln in den Blattachseln. Die Früchte enthalten dunkle Samen, die meist größer sind als bei einigen anderen kleinwüchsigen Amarantarten; die reife Samenhülle springt auf.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Amaranthus blitoides als im Westen Nordamerikas einschließlich Kaliforniens heimische Art und nennt Hunderte Beobachtungen. Er wächst auf trockenen und zeitweise feuchten gestörten Flächen, in Gärten, nahe Feldern, auf lockerer Erde und auf offenen Standorten in Überschwemmungsgebieten. Im Sacramento Valley kann man ihn im Sommer nach Bewässerung oder Regen durchaus sehen. An Straßen und auf stark mit Nitrat gedüngten Feldern ist das Verschmutzungsrisiko jedoch besonders hoch. Für den Rohverzehr eignen sich nur saubere und unbehandelte Pflanzen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen keimen normalerweise mit anhaltender Frühlingswärme. Danach breiten sich die Triebe rasch über die Erde aus. Junge weiche Blätter erscheinen im Frühling und Frühsommer; die Blüte setzt sich über Sommer und Herbst bis zur Kälte fort. In der Hitze kann die Pflanze schnell grob werden. Am günstigsten werden Blätter gesammelt, bevor die oberen Blattachseln von reifen, rauen Samenknäueln ausgefüllt sind.



Amaranthus blitoides mit bodennahen verzweigten rötlichen Trieben und kleinen ovalen Blättern

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Blätter von Amaranthus blitoides roh gegessen werden. Dabei weist die Quelle auf einen kräftigen, mitunter beißenden Geschmack hin. Das ist deshalb kein Grundnahrungsmittel für Salat: Allenfalls sehr junge zarte Blättchen eignen sich in kleiner Menge, gemischt mit milderem Grün. Wie andere Amarantarten kann auch diese Art Oxalate und Nitrate anreichern, besonders auf gedüngten Böden. Große rohe Portionen werden nicht empfohlen.

Die Samen sind ebenfalls essbar, ihre üblichen Zubereitungsweisen sehen jedoch Rösten oder Kochen vor. Daher werden sie hier nicht als gesicherte, vollwertige rohe Nahrung ausgegeben. Wurzeln werden nicht verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Amaranthus albus wächst mit aufrechteren Zweigen und hat einen anderen Fruchtaufbau; Amaranthus retroflexus bildet einen hohen Stängel und große endständige Blütenstände. Der Vogelknöterich Polygonum aviculare bildet ebenfalls flache Pflanzenteppiche. Seine Knoten besitzen jedoch häutige Nebenblattscheiden, die beim Amarant fehlen. Aus einem rötlichen Stängel allein lässt sich keine Art bestimmen. Für eine zuverlässige Bestimmung müssen auch die unscheinbaren Blütenknäuel und Blätter betrachtet werden, da viele Ruderalpflanzen ähnlich niedrig wachsen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=273
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Amaranthus+blitoides
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amaranthus_blitoides_absnd.jpg

Grüner Amarant — junge Sommerblätter auf offenem Boden · Amaranthus hybridus

Amaranthus hybridus

Wenn die Frühlingsregen vorüber sind, wachsen auf lockerer, warmer Erde neben Gemüsegärten rasch hohe Kräuter mit breiten grünen Blättern und dichten endständigen Blütenständen. Eines davon ist Amaranthus hybridus. Junge Pflanzen liefern weiches Blattgrün, das ohne Erhitzen gegessen werden kann. Gerade bei dieser Art müssen jedoch Düngung und Bodenbeschaffenheit besonders beachtet werden.



Amaranthus hybridus mit breiten grünen Blättern und dichten rauen endständigen Blütenständen

Sam Thomas · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige aufrechte Pflanze, die bei ausreichender Feuchtigkeit ungefähr 50 Zentimeter bis 1,5–2 Meter hoch werden kann. Ihr Stängel ist verhältnismäßig dick, grün oder rötlich, teilweise verzweigt und im Alter gerippt. Die Blätter sitzen wechselständig an erkennbaren Stielen und sind eiförmig bis rautenförmig, mit glattem Rand und deutlichen Blattadern. Bei größeren Blättern kann die Basis etwas verlängert und die Spitze zugespitzt sein. Winzige grünliche Blüten bilden dichte endständige und achselständige, ährenähnliche Blütenstände; in ihnen entstehen später sehr kleine dunkle Samen. Amarant trägt keine auffälligen Blütenkronen. Die grünen Blütenstände wirken im Hochsommer oft wie dichte raue Rispen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Amaranthus hybridus ist eine nicht heimische Art, die in Kalifornien auf warmen gestörten Böden vorkommt: in Gärten, an Feldrändern, auf Aufschüttungen und bewässerten Brachflächen. Nach Bodenlockerung und regelmäßiger Bewässerung kann sie rasch keimen. Viele andere kalifornische Amarantarten sehen ihr jedoch äußerlich ähnlich. Ein Foto irgendeines Gartenunkrauts beweist noch nicht, dass es sich tatsächlich um A. hybridus handelt. An Straßenrändern, Industrieflächen und neben intensiv gedüngten Beeten darf solches Grün nicht gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit der Erwärmung des Bodens erscheinen kleine Keimlinge. Im Central Valley ist dies oft im späten Frühjahr und Frühsommer der Fall, in kühleren Gegenden später. Bevor der Stängel hochschießt, sind die Blätter besonders dünn und weich. Ab Hochsommer bildet die Pflanze ihre Blütenrispen; gegen Ende der Saison reifen die winzigen Samen. Selbst im Juni können die älteren Blätter einer schnell gewachsenen Pflanze schon grob sein. Entscheidend ist daher das Alter des Triebes, nicht allein der Kalendermonat.



Amaranthus hybridus mit breiten grünen Blättern und dichten rauen endständigen Blütenständen

Ei'eke (Eiseke Bolaji) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und Keimlinge. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr zarter Blätter und junger Pflanzen von Amaranthus hybridus. Ihr Geschmack ist mild und grasig; eine kleine Portion kann frische kalte Blattgemüse ergänzen. Größere ausgewachsene Pflanzen werden häufig als Gemüsegrün zum Kochen genutzt, doch das ist ein anderer Weg, der hier nicht behandelt wird.

Samen. Sie sind als Getreideersatz bekannt, doch gewöhnliche Quellen beschreiben die Verarbeitung zu Brei oder Brot. Deshalb enthält dieser Artikel keine Empfehlung, sie roh zu essen.

Amarantgewächse können Nitrate anreichern, besonders in stickstoffreichen Böden; die Blätter enthalten außerdem Oxalate. Rohes Amarantgrün eignet sich nicht für große tägliche Portionen und keinesfalls zum Sammeln auf unbekannt behandelten Flächen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Amaranthus retroflexus zeigt häufig eine auffälligere raue Behaarung an den oberen Trieben und unterscheidet sich in Blüten- und Tragblattmerkmalen. Amaranthus powellii kann längere, schmalere endständige Blütenstände besitzen. Einige Arten können sich kreuzen; anhand eines einzelnen Blattes sind sie schwer zu unterscheiden. Eine genaue Bestimmung erfordert reife Blüten, Tragblätter und Früchte, nicht nur die allgemeine Silhouette einer Rispe. Angaben über die Essbarkeit einer Amarantart dürfen nicht automatisch auf jedes ähnlich aussehende Kraut übertragen werden. Während der Bestimmung wird die Pflanze nicht gekostet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=280
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Amaranthus+hybridus
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amaranthus_hybridus,_Micheldever_(53155217770).jpg

Zurückgebogener Amarant — junges Blattgrün und kleine Samen · Amaranthus retroflexus

Amaranthus retroflexus

Wenn sich feuchte Frühlingserde erwärmt, wachsen auf offenen Flächen schnell kräftige Kräuter mit breiten Blättern. Zu ihnen gehört Amaranthus retroflexus: zunächst ein kleiner zarter Keimling, später eine robuste hohe einjährige Pflanze mit einer dichten grünen endständigen Rispe. Junge Blätter sind als essbares Grün ohne Feuer bekannt, bis zum Herbst erzeugt die Pflanze zahlreiche winzige Samen. Doch bei diesem verbreiteten Kraut ist für die Nahrung die Qualität des Bodens besonders wichtig.



Amaranthus retroflexus mit breiten Blättern, behaartem aufrechtem Stängel und dichter grüner Blütenrispe

Lynk media · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige Pflanze aus der Familie der Amarantgewächse, häufig 30 Zentimeter bis 1,5–2 Meter hoch auf fruchtbarem feuchtem Boden. Der Stängel steht aufrecht, ist kräftig, grün, örtlich rötlich und besitzt kurze, etwas steife Haare. Am Grund kann die Wurzel einen roten oder rosafarbenen Ton zeigen. Erwachsene Triebe sind manchmal gerippt und im oberen Bereich verzweigt.

Die Blätter sind wechselständig und lang gestielt. Die Blattspreiten sind meist eiförmig bis rautenförmig-eiförmig, ganzrandig oder leicht gewellt, mit einem deutlichen Adernetz und einer etwas zugespitzten Spitze. Untere Blätter sind größer als obere. Bei Hitze hängen manche Blätter herab; der Artname bedeutet aber nicht, dass die Blätter immer nach hinten umgebogen sind.

Die sehr kleinen grünlichen Blüten sitzen in dichten ährenartigen Rispen an den Stängelspitzen und in den Achseln der oberen Blätter. Der endständige Blütenstand wirkt rau und grob. Bei Reife entstehen kleine trockene Früchte mit je einem glänzenden dunkelbraunen oder fast schwarzen Samen. Für die Bestimmung ausgewachsener Pflanzen sind die Tragblätter, die Behaarung und die Fruchtmerkmale wichtig.



Amaranthus retroflexus mit breiten Blättern, behaartem aufrechtem Stängel und dichter grüner Blütenrispe

NY State IPM Program at Cornell University · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Amaranthus retroflexus wächst in Kalifornien auf offenen gestörten Flächen und an Feldrändern. Man findet ihn auf Brachen, in lockerem Boden an Feldern und Weiden, auf alten Aufschüttungen und nahe Siedlungen. Sommerwärme und Wasser ermöglichen rasches Wachstum; im dichten natürlichen Waldschatten dominiert er gewöhnlich nicht.

Die Art kommt weit über Kalifornien hinaus vor und ist in vielen Teilen der Vereinigten Staaten als Unkraut bekannt. Ein weit verbreitetes Unkraut ist jedoch nicht automatisch eine sichere Nahrung. Amaranten nehmen Stickstoff aus dem Boden auf und können Nitrate anreichern, besonders bei starker Düngung. Deshalb scheiden Pflanzen intensiv bewirtschafteter Felder und aus der Nähe von Abflüssen für rohes Grün aus.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Spätes Frühjahr: Nach ausreichender Erwärmung des Bodens erscheinen Keimlinge mit einigen dünnen Blättern. Sie sind schwerer von anderen Amarantarten zu unterscheiden als blühende Erwachsene.

Früh- bis Hochsommer: Neue Blätter und weiche Triebspitzen wachsen rasch. Vor der Bildung dichter Rispen ist das Grün meist weniger grob.

Sommer bis Herbst: Blütenstände entstehen und verlängern sich; danach reifen die kleinen Samen. An warmen Orten setzt sich dieser Ablauf bis zu den ersten deutlichen Abkühlungen fort.

Das Entwicklungsstadium ist wichtiger als der Kalender. Frühes zartes Grün eignet sich für begrenzten Rohverzehr besser als große alte Blätter.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Der US Forest Service nennt den Verzehr ganz junger Blätter von Amaranthus retroflexus als Salatgrün, solange die Pflanze niedrig ist und der Stängel noch nicht verholzt. Der Geschmack ist mild und grasig. Wegen möglicher Nitrate und Oxalate eignen sich große tägliche Rohportionen nicht: Das Grün soll keine Ernährungsgrundlage werden.

Junge Keimlinge. Ein Leitfaden der NC State University nennt ihre Verwendung in frischen Salaten. Gerade in diesem Stadium sind sie von verwandten Arten schwer zu unterscheiden. Praktisch kommen sie deshalb nur dann in Frage, wenn ihre Herkunft anhand erwachsener Exemplare desselben Bestandes sicher festgestellt wurde.

Ausgereifte Samen. Sie sind sehr klein, aber essbar. Universitätsquellen erwähnen auch ihren Rohverzehr und das kalte Zermahlen zu Pulver. Gut bestimmtes, sauber gewonnenes reifes Saatgut ist dafür das nachvollziehbarste Material. Ohne Hilfsmittel ist es mühsam, diese kleinen Körner von den Pflanzenhüllen zu trennen.

Blätter ausgewachsener Pflanzen, grobe Stängel und Wurzeln werden hier nicht als Rohkost angeboten. Die Ernährungsgeschichte des Amarants beseitigt nicht die Neigung dieser Art, unerwünschte Stoffe anzureichern. Pflanzen von unbekannten gedüngten Böden lässt man besser unberührt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Amaranthus hybridus bildet ebenfalls hohe grüne Rispen und breite wechselständige Blätter, unterscheidet sich aber in Tragblättern, Früchten und Behaarung. Amaranthus powellii besitzt häufig schmalere, längliche endständige Blütenstände; Amaranthus blitoides bleibt meist niedrig und kriecht am Boden. Manche Arten kreuzen sich und zeigen Zwischenformen.

Eine rötliche Wurzel, ein einzelnes breites Blatt oder eine grüne Rispe reichen jeweils nicht zur Bestimmung. Es müssen erwachsene Triebe, Blüten und Früchte geprüft werden. Besonders ungeeignet ist es, die Artzugehörigkeit durch Kosten junger Keimlinge zu ermitteln.

QUELLEN

- US Forest Service FEIS — Amaranthus retroflexus: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/amaret
- NC State Extension — Amaranthus retroflexus: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/amaranthus-retroflexus/
- Purdue University — Redroot Pigweed (Nitrate und Oxalate): https://ag.purdue.edu/department/arge/PACs/sipac/toxic-plants/redroot-pigweed.html
- UC Statewide IPM — Redroot Pigweed: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/redroot-pigweed/

Erlenblättrige Felsenbirne — weiße Frühlingsblüten und Sommerfrüchte · Amelanchier alnifolia

Amelanchier alnifolia

An Waldrändern, steinigen Hängen und zwischen Bergsträuchern kann man im Frühjahr eine Felsenbirne mit weißen Blüten sehen, die in kleinen Trauben stehen. Später reifen an denselben Zweigen kleine Früchte von rötlich violett bis fast dunklem Blau. Sie werden frisch gegessen und nach natürlicher Trocknung als Vorrat aufbewahrt.



Amelanchier alnifolia mit ovalen gezähnten Blättern, weißen Blütentrauben und dunkelpurpurnen reifen Früchten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Erlenblättrige Felsenbirne ist ein laubabwerfender Strauch, häufig ein bis drei Meter hoch, an günstigen Standorten auch höher. Junge Zweige sind graubraun. Die einfachen Blätter stehen wechselständig an kurzen Stielen. Sie sind oval bis beinahe rund, auf der Unterseite heller und vor allem im oberen Blattbereich gezähnt. Im Frühjahr öffnen sich die Blätter zusammen mit Trauben weißer Blüten oder kurz daneben; jede Blüte hat fünf Kronblätter.

Die Früchte reifen in Gruppen. Sie sind rundlich und gewöhnlich ungefähr einen Zentimeter breit. Auf der Spitze bleibt ein kleiner sternförmiger Kelchrest erhalten. Unreife Früchte sind rötlich, reife werden dunkelpurpurfarben bis beinahe blauschwarz. Im Inneren befinden sich weiches süßes Fruchtfleisch und einige kleine Samen. Botanisch sind diese als „Beeren“ bezeichneten Früchte kleine apfelförmige Früchte.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art stammt aus dem Westen Nordamerikas. In Kalifornien ist sie insbesondere in nördlichen und gebirgigen Gebieten nachgewiesen, in Küsten- und Binnengebirgen, im Vorgebirge und auf Waldlichtungen der Sierra Nevada. Calflora nennt zum Beispiel Beobachtungen aus Placer, El Dorado, Nevada, Siskiyou und Plumas.



Amelanchier alnifolia mit ovalen gezähnten Blättern, weißen Blütentrauben und dunkelpurpurnen reifen Früchten

Meggar · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Felsenbirnen bevorzugen offene ausreichend helle Standorte, Waldränder und Hänge. Sie können in Gruppen wachsen, sind aber kein überall verbreiteter Obststrauch im heißen Teil des Sacramento Valley.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Weiße Blüten öffnen sich im Frühjahr, je nach Höhe und Witterung ungefähr zwischen April und Juni. Die Blätter entwickeln sich gleichzeitig oder kurz nach der Blüte.

Die Früchte benötigen anschließend noch mehrere Wochen zur Reife. An warmen Standorten können erste reife Früchte schon im Frühsommer erscheinen, auf höher gelegenen oder kühleren Flächen im Juli und August, örtlich später. Im Herbst werden die Blätter gelb und fallen ab; es handelt sich nicht um einen immergrünen Strauch. Der Nahrungszeitraum ist daher an die Fruchtreife gebunden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Sie werden frisch gegessen, sobald sie weich und dunkel geworden sind. Das Fruchtfleisch ist oft süß mit einer leichten Apfelnote; innen sitzen kleine harte Samen. Viele Völker des nordamerikanischen Westens sammelten Felsenbirnen. Die vom Volk der Karuk herausgegebene Broschüre Uxraah beschreibt frische Früchte und getrocknete Vorräte; auch in anderen Teilen Nordamerikas verwendete man reife Früchte ohne Kochen.

Früchte zur Aufbewahrung. Man konnte sie ohne Erhitzen trocknen und später essen. Frische Früchte und Vorräte aus getrockneten Früchten sind zu unterscheiden: Letztere stehen auch nach der kurzen sommerlichen Erntezeit zur Verfügung.

Blätter und junge Zweige werden hier nicht als rohe menschliche Nahrung beschrieben. Der USDA Forest Service weist auf cyanogene Glykoside in Trieben und Blättern der Felsenbirne hin, besonders in jungen

Zweigen. Daher werden nur die belegten essbaren Teile gesammelt — reife Früchte. Blätter, junge Äste und gesondert zermahlene Samen dürfen nicht als Ersatznahrung verwendet werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Felsenbirnenfrüchte können Blaubeeren ähneln. Sie wachsen jedoch auf einem Strauch mit einfachen gezähnten Blättern und tragen den charakteristischen vertrockneten Kelchrest an der Spitze. Echte Vaccinium-Arten haben anders geformte Blüten, häufig kleine Glocken statt weißer fünfblättriger Blüten in Trauben. Verwandte Felsenbirnenarten können sich in ihren Verbreitungsgebieten überschneiden und Hybriden bilden. Daher sind Blätter, Blüten und Standort ebenso wichtig wie die Fruchtfarbe.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Amelanchier alnifolia: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/amealn
- Lady Bird Johnson Wildflower Center, Amelanchier alnifolia: https://www.wildflower.org/plants/result.php?id_plant=AMAL2
- Calflora, Amelanchier alnifolia (Beobachtungen nach County): https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8419
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries (frische und getrocknete Früchte): https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf

Utah-Felsenbirne — kleine süße Früchte trockener Berge · Amelanchier utahensis

Amelanchier utahensis

Auf sonnigen Vorgebirgshängen und trockenen steinigen Ausläufern der Sierra Nevada wächst manchmal ein niedriger Strauch mit kleinen ovalen Blättern. Im Frühjahr trägt er weiße fünfblättrige Blüten; im Sommer hängen an den Zweigen kleine Früchte wie dunkle Miniaturäpfel. Dies ist Amelanchier utahensis, die Utah-Felsenbirne oder western serviceberry. Vollständig reife, gesunde Früchte lassen sich roh essen. Anders als die bekanntere Erlenblättrige Felsenbirne wächst diese Art häufiger an trockeneren felsigen Hängen und bildet bisweilen trockenere, weniger süße Früchte.



Amelanchier utahensis mit kleinen ovalen Blättern, weißen fünfblättrigen Blüten und dunklen apfelförmigen Früchten

Eric Hunt · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein laubabwerfender Strauch, häufig ein bis drei Meter hoch, mit mehreren aufrechten verholzten Stämmchen. Die Rinde junger Zweige ist grau bis rotbraun, ältere Äste sind dunkler. Die Blätter sind wechselständig, verhältnismäßig klein, oval, verkehrt eiförmig oder etwas rundlich und unten heller. Zähne treten gewöhnlich stärker in der oberen Hälfte des Blattrandes hervor. Junge Blätter sind oft leicht behaart und heller als ältere. Im frühen Frühjahr erscheinen Gruppen weißer Blüten mit fünf schmalen Kronblättern und vielen Staubblättern. Nach der Bestäubung entwickeln sich kleine apfelförmige Früchte, zunächst grün. Sie werden allmählich rosa und rot und können schließlich dunkelpurpurfarben sein, wobei die Färbung zwischen Populationen variiert. An der Fruchtspitze bleibt ein kleiner sternförmiger Kelch stehen. Im Inneren liegen mehrere kleine Samenräume und kein einzelner Stein. Während der weißen Blüte ist die Pflanze gut zu erkennen, doch zur Bestimmung einer erwachsenen Felsenbirne müssen Blätter und Früchte gemeinsam betrachtet werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erkennt Amelanchier utahensis als heimische kalifornische Art an und nennt zahlreiche Beobachtungen in Yellow Pine Forest, Foothill Woodland, Chaparral, Pinyon-Juniper Woodland und Hochgebirgsgemeinschaften. Anders als gewöhnliche Garten-Felsenbirnen wachsen natürliche Sträucher oft an trockenen Berghängen, in lichten Wäldern und an steinigen Steilhängen. Die Art kommt im Vorgebirge der Sierra Nevada, in östlichen Gebirgen und in Teilen südlicher Wüstengebirge vor. Im flachen Sacramento County darf sie nicht als massenhaft vorkommende Fruchtpflanze gelten. Die Fruchtmenge kann sich sogar zwischen benachbarten Sträuchern deutlich unterscheiden: Manche tragen angenehm süße Früchte, andere eher trockene und harte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr, nach der Winterruhe, öffnen sich weiße Blüten und junge Blätter. In warmen Vorgebirgen ist das meistens März oder April, in höheren Lagen später. Nach der Blüte bilden sich grüne Miniaturäpfel. Über mehrere Wochen wachsen sie und werden rot oder purpurfarben. Der Artführer nennt Juni bis August als Reifezeit, je nach Höhe und Niederschlag. An einem Strauch reifen die Früchte oft ungleichmäßig; deshalb muss jede einzelne kontrolliert werden. Im Herbst werden die Blätter gelb und fallen ab; nicht gesammelte Früchte können vertrocknen. Dunkle Farbe allein garantiert keine Reife: Das Fruchtfleisch muss weich und gesund sein.



Amelanchier utahensis mit kleinen ovalen Blättern, weißen fünfblättrigen Blüten und dunklen apfelförmigen Früchten

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur vollständig reife, gesunde Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Amelanchier utahensis. Die besten Früchte schmecken süßlich nach Apfel mit einer Traubennote, andere sind trocken und fade. Sie werden frisch gegessen, ohne die Samen aufzubeißen oder zu zermahlen. Die Quelle warnt vor cyanogenen Verbindungen in anderen Teilen der Pflanze. Blätter, Rinde und junge Triebe sind deshalb keine Nahrung.

Kranke Früchte sind ausgeschlossen. An dieser Felsenbirne kommt Rostpilz vor, der die apfelförmigen Früchte deformieren und orange verfärben oder ungewöhnliche Auswüchse bilden kann. Solche Früchte dürfen nicht als eine besondere essbare Form ausgegeben werden. Für Rohverzehr wählt man nur gewöhnliches gesundes Fruchtfleisch ohne Auswüchse, Schimmel, Fäulnis oder unangenehmen Geruch.

Kaltes Mus und Trocknen. Weiches reifes Fruchtfleisch lässt sich zerdrücken, ohne die Samen zu zerkleinern. Gesunde Früchte können bei geeigneten Bedingungen auch natürlich getrocknet werden. Auf feuchten Standorten führt Trocknung allerdings häufig zu Verderb. Diese Felsenbirne bietet kleine saisonale Portionen, keinen garantierten großen Ertrag.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Amelanchier alnifolia, die im Atlas bereits beschriebene Erlenblättrige Felsenbirne, besitzt größere Blätter und wächst typischerweise an weniger trockenen Wald- und Auenstandorten. Bei A. utahensis ist die Blattunterseite oft heller, der Strauch bleibt niedriger und wächst häufiger auf steinigen Vorgebirgshängen. Weißdorn (Crataegus) bildet ebenfalls kleine apfelförmige Früchte, hat aber oft Dornen und anders gelappte Blätter. Bei manchen wild wachsenden Apfelarten (Malus) sind die Früchte deutlich größer und anders geformt. Eine „kleine dunkle Beere“ reicht nicht zur Bestimmung. Erforderlich sind weiße Frühlingsblüten, Blätter und der Fruchtbau.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=304
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Amelanchier+utahensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amelanchier_utahensis.jpg

Pazifischer Madrone — rote Rinde und essbare Herbstfrüchte · Arbutus menziesii

Arbutus menziesii

In kalifornischen Wäldern gibt es einen Baum, den man an seinem glatten, rotkupferfarbenen Stamm erkennen kann. Dünne Rindenschichten rollen sich fortwährend von ihm ab, während die dichten glänzenden Blätter selbst im Winter grün bleiben. Im Frühjahr blüht der Pazifische Madrone mit kleinen weißen Glockenblüten; bis zum Herbst entwickelt er runde rote Früchte, die frisch gegessen wurden.



Pazifischer Madrone (Arbutus menziesii) mit rotorange abblätternder Rinde, immergrünen Blättern und roten Früchten

Awinch1001 · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Pazifische Madrone, auch Madroño genannt, ist ein großer immergrüner Strauch oder Baum, der viele Meter hoch werden kann. Im schattigen Wald wächst der Stamm oft gerade nach oben; an einem offenen Hang bildet sich eine breite Krone mit in verschiedene Richtungen gebogenen Ästen. Das wichtigste Merkmal ist die glatte rötlich-orange Rinde, die sich in dünnen Lagen löst und neue, hellere Stellen freilegt.

Die Blätter sind einfach, groß, oval, ledrig und glänzend und stehen wechselständig. Ihr Rand ist nahezu ganzrandig; die Unterseite ist deutlich heller. Anders als viele sommergrüne Waldbäume behält der Madrone einen beträchtlichen Teil seines Laubes das ganze Jahr über.

Die kleinen cremeweißen Blüten sind krugförmig, ähnlich denen der verwandten Manzanita, stehen jedoch in zahlreichen hängenden Blütenständen. Nach der Blüte entstehen kleine runde Früchte. Zunächst sind sie grün, dann gelblich und orange; reif werden sie rot bis kräftig rotorange. Ihre Oberfläche ist etwas höckerig, das Fruchtfleisch weich und mehlig, innen liegen kleine Samen. Gewöhnlich sind die Früchte etwa einen Zentimeter breit.



Pazifischer Madrone (Arbutus menziesii) mit rotorange abblätternder Rinde, immergrünen Blättern und roten Früchten

Awinch1001 · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Dieser Baum ist an der Pazifikküste von Kalifornien bis British Columbia heimisch. In Kalifornien ist er in geeigneten Wäldern der Coast Ranges und an Westhängen der Sierra Nevada verbreitet. Er wächst neben Eichen, Kiefern, Douglasien und manchmal Redwoods; bevorzugt werden gut entwässerte Hänge und lichte Waldstellen.

In nördlichen und zentralen Waldgebieten kann man den Madrone oft antreffen, gelegentlich in ganzen Gruppen. An feuchten Nordhängen oder in schattigen Schluchten gibt es mitunter weniger Exemplare. Auf dem offenen Boden des trockenen Sacramento Valley ist er nicht so zahlreich. Der rötliche Stamm ist selbst ohne Früchte ein besonders auffälliges Waldmerkmal.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die ledrigen Blätter bleiben von Januar bis Dezember am Baum. Im Frühjahr wächst frisches Laub; zugleich oder etwas früher erscheinen die cremefarbenen Blüten. In vielen Teilen Kaliforniens blüht der Baum ungefähr von April bis Juni.

Die Früchte wachsen während des Sommers und färben sich allmählich rot. Die Hauptsaison reifer Früchte ist der Spätsommer und Herbst, besonders September bis November. An manchen Bäumen bleiben sie länger hängen. Ihr Vorkommen hängt stark von Standort, Regen und Alter des Baumes ab; nicht jeder Baum liefert die gleiche Ernte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife rote Früchte. Madrone-Früchte werden roh gegessen, sobald sie vollständig gefärbt und weich geworden sind. An der Küste und in den Bergen unterscheidet sich der Zeitpunkt: Der USDA Forest Service nennt eine Herbstreife und Früchte, die manchmal bis Dezember an den Zweigen bleiben. Sie können etwas süß, mehlig oder herb schmecken. Der USDA Forest Service dokumentiert auch den historischen Verzehr durch indigene Völker der Westküste; Plants For A Future nennt bei Arbutus menziesii ausdrücklich rohe reife Früchte.

In historischen Berichten über die Bear-River-Gemeinschaft Nordkaliforniens erscheint der Madrone unter den Pflanzen mit essbarer Herbsternte. Seine Früchte sind klein, haben mehliges Fruchtfleisch und zahlreiche winzige Samen. Auch eine reiche Fruchtbildung entspricht deshalb keiner Ernte großer Gartenbeeren.

Frische Früchte isst man nur in Maßen: Größere Mengen können bei manchen Menschen Übelkeit hervorrufen. Immergrüne Blätter, rote Rinde und Holz dienen als Bestimmungsmerkmale, gehören in diesem Artikel aber nicht zur menschlichen Rohkost.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Madrone hat einen großen Stamm mit glatter Rinde, große glänzende Blätter und rötliche, etwas höckerige Früchte. Die verwandte Arctostaphylos manzanita bleibt gewöhnlich ein deutlich niedrigerer Strauch mit kleineren Blättern; auch ihre Früchte sind anders aufgebaut. Unter Zierbäumen findet sich Arbutus unedo mit runden roten Früchten, der sich anhand der Blattform, Rinde und Wuchsform unterscheiden lässt. Eine rote Frucht allein ersetzt niemals die Bestimmung des ganzen Baumes.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Arbutus menziesii: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arbmen
- USDA Forest Service, Silvics of North America — Pacific Madrone: https://research.fs.usda.gov/silvics/pacific-madrone
- Plants For A Future, Arbutus menziesii, rohe reife Früchte: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Arbutus+menziesii

Westlicher Erdbeerbaum — raue rote Herbstfrüchte · Arbutus unedo

Arbutus unedo

Im Herbst kann man in einigen kalifornischen Städten einen immergrünen Baum entdecken, an dem zugleich kleine weiße krugförmige Blüten und runde Früchte hängen, die wie rote Kugeln mit körniger Oberfläche aussehen. Das ist Arbutus unedo, der aus dem Mittelmeerraum eingeführte Erdbeerbaum. Seine vollständig reifen roten Früchte lassen sich in kleinen Mengen roh essen. Wichtig ist, ihn nicht mit dem heimischen Pazifischen Madrone, Arbutus menziesii, zu verwechseln, dessen Früchte deutlich kleiner sind und anders schmecken.



Arbutus unedo mit glänzenden gezähnten Blättern, weißen Krugblüten und rauen roten Früchten

Imnulls · CC0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Es handelt sich um einen immergrünen Strauch oder kleinen Baum, oft mehrere Meter hoch, mit dichter Krone und kurzem Stamm. Junge Zweige sind rötlich, ältere Rinde braunrot und löst sich stellenweise in Plättchen ab. Die Blätter stehen wechselständig, sind länglich-oval, ledrig und glänzend; ihr Rand besitzt feine, deutlich erkennbare Zähne.

Im Herbst erscheinen an den Zweigenden hängende Gruppen kleiner weißer oder blassrosa krugförmiger Blüten, ähnlich denen der Manzanita. Nach der Bestäubung entwickeln sich die Früchte sehr langsam. Deshalb trägt ein Baum ein Jahr später häufig gleichzeitig neue Blüten und die reifenden Früchte des Vorjahres. Zunächst sind die Früchte grün, dann gelborange und schließlich kräftig rot. Zahlreiche kleine pyramidenförmige Höcker bedecken ihre Oberfläche. Innen befindet sich weiches, süßes, körniges Fruchtfleisch mit kleinen Samen. Reife Früchte fallen bei leichter Berührung oft ab.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Arbutus unedo als nicht heimischen Baum Kaliforniens mit Nachweisen unter anderem aus Los Angeles, San Diego, Alameda, San Francisco, Santa Barbara und Sacramento County. Im Verhältnis zu gewöhnlichen Ruderalpflanzen gibt es nur wenige Beobachtungen; die meisten Bäume gehören zu Stadtbegrünungen, alten Gärten und Zierpflanzungen. In den natürlichen Wäldern der Sierra Nevada ist die Art kein verbreiteter heimischer Baum.



Arbutus unedo mit glänzenden gezähnten Blättern, weißen Krugblüten und rauen roten Früchten

Orac29 · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Bei mildem Winter kann der Erdbeerbaum regelmäßig Früchte tragen, vor allem wenn er nicht unter ausgeprägter sommerlicher Trockenheit leidet. Früchte an Bäumen neben Gehwegen gehören jedoch dem Grundstückseigentümer oder befinden sich auf Flächen mit eigenen Regeln. Dass sie sichtbar und erreichbar sind, bedeutet noch nicht, dass das Sammeln erlaubt ist.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter bleiben ganzjährig grün; aus der grünen Krone lässt sich die Erntezeit deshalb nicht ablesen. Die Blüte beginnt oft im Herbst, ungefähr von Oktober bis Dezember, und kann teilweise bis in den Winter andauern. Früchte aus den Blüten des Vorjahres färben sich allmählich und werden häufig im November und Dezember vollständig reif.

An der warmen Küste kann sich die Reifezeit verlängern; im trockenen Binnenland verändert sie sich mit der Witterung. Grüne und orange Früchte sind gewöhnlich noch herb. Man wählt weiche, leuchtend rote Früchte, die sich leicht vom Zweig lösen. Früchte, die bereits auf schmutzigem Boden lagen, können gären oder schimmeln und dürfen nicht roh gegessen werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife rote Früchte. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich für Arbutus unedo. Das Fruchtfleisch ist etwas süß, manchmal fade oder leicht herb, und die Oberfläche deutlich körnig. Man kann eine reife Frucht aufschneiden und das weiche Innere essen; die kleinen Samen befinden sich gewöhnlich im Fruchtfleisch. Der Geschmack ist von Baum zu Baum verschieden. Nicht jede Frucht schmeckt wie eine Gartenerdbeere. Der Name verweist auf die äußere Ähnlichkeit und nicht auf botanische Verwandtschaft.

Eine kleine Portion statt einer großen Ernte. Reife Früchte werden schnell überreif und können bereits am Baum oder nach dem Herabfallen zu gären beginnen. Sehr weiche Früchte mit starkem alkoholischem oder

essigartigem Geruch lässt man liegen. Der Artenführer empfiehlt maßvollen Verzehr. Fruchtfleisch kann kalt zerdrückt und sofort gegessen werden, darf aber nicht längere Zeit in einem heißen Auto stehen bleiben.

Blätter, Blüten, Rinde, Wurzeln und grüne unreife Früchte zählen nicht zu den hier bestätigten roh essbaren Teilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Arbutus menziesii, der heimische Pazifische Madrone, wird höher, hat glatte rotorange Rinde und meist deutlich kleinere Früchte in dichten Trauben. Bei Arbutus unedo sind die Früchte größer und rauer; Blüten hängen häufig gleichzeitig neben roten Früchten. Manzanitas der Gattung Arctostaphylos besitzen ebenfalls ledrige Blätter und krugförmige Blüten, ihre kleinen Früchte sind jedoch fest und enthalten oft mehrere große harte Steinkerne. Bestimmt wird der gesamte Baum oder Strauch mit Blättern, Blüten und Früchten, nicht nur eine einzelne rote Kugel. Von Zierpflanzungen, die mit Insektiziden oder Fungiziden behandelt wurden, werden keine Früchte gegessen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9284
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=9284
- https://pfaf.org/User/plant.aspx?LatinName=Arbutus+unedo

Graufilzige Manzanita — mehlige reife Früchte an Nordkaliforniens Küste · Arctostaphylos canescens

Arctostaphylos canescens

An nördlichen Küstenhängen Kaliforniens kann man im Chaparral einen dichten Strauch mit rotbrauner Rinde sehen, dessen Blätter wie mit grauem Staub überzogen wirken. Besonders hell erscheinen junge Triebe und die Unterseiten der Blätter. Im Winter und Frühjahr öffnen sich an den Zweigenden kleine weißrosa Glöckchen; später entstehen feste rotbraune, beerenähnliche Früchte. Das ist die graufilzige Manzanita, eine heimische Art Nordkaliforniens. Ihr reifes weiches Fruchtfleisch eignet sich ohne Erhitzen zum Verzehr, die harten Steinkerne sollten jedoch getrennt werden.



Arctostaphylos canescens mit weißfilzigen Jungtrieben, graugrünen Blättern und rötlich braunen Früchten

Tom Hilton (Flickr) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Immergrüner Strauch, gewöhnlich ein bis zwei, gelegentlich bis drei Meter hoch, mit dichter Verzweigung und glatter rostrot gefärbter Rinde an älteren Zweigen. Junge Triebe sind von kurzen weißen filzigen Haaren bedeckt. Die wechselständigen ledrigen Blätter sind oval bis rundlich-oval, etwa zwei bis fünf Zentimeter lang und ganzrandig. Neue Blätter wirken durch ihre Behaarung grauweiß, alte können grüner und glatter werden. Im Winter und Frühjahr erscheinen an den Zweigspitzen kurze verzweigte Trauben hängender urnenförmiger Blüten mit rosaweißem Kelch und fünf winzigen Zähnchen. Daraus entstehen kleine, etwas abgeflachte rundliche Steinfrüchte von ungefähr acht Millimetern, die nach und nach bräunlich rot werden und trockene mehlige Fruchtmasse enthalten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erfasst Arctostaphylos canescens als heimische Art der nordkalifornischen Küstenregion. Von Santa Cruz und Marin über Sonoma, Mendocino und Humboldt bis Del Norte kann man sie auf sonnigen sandigen, serpentinreichen und steinigen Hängen, im Chaparral und auf Lichtungen von Kiefernwäldern finden. Im Sacramento Valley ist sie keine gewöhnliche Manzanita; auch an den meisten Hängen der Sierra Nevada wachsen andere Arten der Gattung. Einzelne Unterarten und örtliche Formen unterscheiden sich. Beim Sammeln dürfen kleine Populationen nicht geschädigt werden; Schutzgebietsregeln sind einzuhalten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte liegt in der kühlen Jahreszeit, meist im Winter und frühen Frühjahr, in höheren oder feuchteren Lagen später. Die Früchte wachsen im Frühjahr und färben sich je nach Nebel und Niederschlag gegen Sommer oder frühen Herbst rotbraun. Reife zeigt sich durch die vollständige Färbung, eine trockene, aber etwas nachgiebige Konsistenz und das leichte Ablösen der Fruchttraube. Grüne harte Früchte bleiben am Strauch. Wichtig ist die Auswahl sauberer reifer Früchte, nicht eine große Ernte seltener Pflanzen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reifes Fruchtfleisch. Botanische und ernährungsbezogene Übersichten zu Manzanitas bestätigen die Verwendung frischer reifer Arctostaphylos-Früchte. Bei der graufilzigen Art sind die Früchte klein und recht mehlig. Man kann das Fruchtfleisch vorsichtig zerdrücken, die harten Steinkerne ausscheiden und kleine Mengen essen.

Eine weitere Möglichkeit besteht darin, saubere reife Früchte in kaltem Trinkwasser zu zerdrücken und abzusieben. So entsteht ohne Feuer ein leicht süßsaurer Fruchttrunk. Schimmelige Früchte oder solche mit fremdem Geruch sind ungeeignet. Samen, harte Steinkerne, Blätter und Rinde gehören nicht zur beschriebenen Nahrung. Große Portionen trockenen Fruchtfleischs können die Verdauung reizen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Arctostaphylos glandulosa hat ebenfalls behaarte Triebe, bildet aber häufig am Grund eine knollige holzige Verdickung, aus der die Pflanze nach einem Feuer austreiben kann. Ihre Blätter und Blütentrauben unterscheiden sich ebenfalls. Bei Arctostaphylos manzanita sind ältere Blätter meist grüner und glänzender; der Strauch kann höher sein. Rote Rinde und eine kleine braune Frucht genügen nicht zur Bestimmung. In Kalifornien gibt es Dutzende verwandte Manzanitas, darunter seltene Arten. Verlässlich ist nur die Kombination aus dichter weißer Behaarung der jungen Zweige und Blätter, Form der Blütentrauben und Verbreitung an der nördlichen Küste.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/entry/psearch.html?namesoup=Arctostaphylos+canescens
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/arctostaphylos-canescens
- https://www.ars.usda.gov/ARSUserFiles/1718/PDF/2008/Encylopedia%20of%20Fruit%20and%20Nuts%20Arbutus-strawberry%20tree%202008.pdf

Drüsige Manzanita — rote Rinde, weiße Krugblüten und mehlige Früchte · Arctostaphylos glandulosa

Arctostaphylos glandulosa

Im kalifornischen Chaparral trifft man häufig auf eine Manzanita mit glatten rötlichen Stängeln, festen immergrünen Blättern und zahlreichen kleinen weißen krugförmigen Blüten im Frühjahr. Im Sommer reifen anstelle der Blüten feste mehlige Früchte. Interessant an Arctostaphylos glandulosa ist, dass das USDA den Verzehr reifer Früchte — roh und getrocknet — ausdrücklich für diese Art bestätigt und nicht nur allgemein für die Gattung Arctostaphylos.



Arctostaphylos glandulosa mit rotbraunen Zweigen, ledrigen Blättern und weißen hängenden Krugblüten

Franz Xaver · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Meist handelt es sich um einen verzweigten Strauch von ungefähr einem bis drei Metern Höhe. Am Grund ist häufig eine verdickte holzige Struktur zu erkennen, aus der die Pflanze erneut austreiben kann. Größere Zweige sind rotbraun und glatt, junge Triebe, Blattstiele und Blütenstände dagegen oft mit drüsigen Haaren bedeckt und etwas klebrig. Die ledrigen Blätter sind oval bis länglich, ganzrandig und auf beiden Seiten grün. Im Frühjahr hängen an den Zweigspitzen Trauben weißer oder leicht rosa krugförmiger Blüten. Die reife Frucht ist rundlich, gewöhnlich rötlich braun, mit etwas trockenem Fruchtfleisch und mehreren harten inneren Teilen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Arctostaphylos glandulosa als heimische Art Kaliforniens und verzeichnet Tausende Beobachtungen, besonders in den Küstengebirgen, Mischwäldern und im Chaparral. Die Art kommt von nördlichen Countys bis in die Berge Südkaliforniens vor, aber nicht überall gleichmäßig. Sie bevorzugt gut entwässerte Hänge und lichte Waldgebiete. Einige kleinräumig verbreitete Unterarten sind geschützt. Auf Naturschutzflächen und in seltenen Populationen wird nichts gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte fällt meist in die feuchte Jahreszeit, vom Spätwinter bis zum Frühjahr; in kühleren Bergen später. Nach der Blüte entstehen Früchte, die sich vorwiegend im Sommer, teilweise bis zum Frühherbst dunkel färben. Die genauen Termine variieren mit Höhe, Temperatur und Menge des Winterregens erheblich. Die immergrünen Blätter sind zwar ganzjährig vorhanden, der Nahrungszeitraum betrifft aber ausschließlich die reifenden Früchte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. In der USDA-Datenbank Fire Effects Information System steht für Arctostaphylos glandulosa ausdrücklich, dass die Früchte frisch gegessen, getrocknet und für Getränke verwendet wurden. Das Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte ist etwas trocken und süßsauer. Kleine Mengen können roh gegessen werden. Natürliches Trocknen bewahrt sie ohne Feuer auf; vor dem Verzehr müssen Schimmel und Verderb ausgeschlossen werden. Für einen kalten Trunk werden die reifen Früchte in sauberem Wasser zerdrückt und die harten Teile anschließend abgesiebt.

Die inneren Kerne, Blätter, Rinde und Wurzeln werden hier nicht als Rohkost angeboten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Von Arctostaphylos viscida unterscheidet sich diese Art oft durch dunkler grüne Blätter, klebrige drüsige Jungtriebe und eine holzige Verdickung am Wurzelansatz. Arctostaphylos manzanita bildet häufiger einen hohen Strauch mit deutlicher glatter Rinde. Doch Kalifornien beherbergt zahlreiche ähnliche und variable Manzanitas, auch seltene Unterarten von A. glandulosa. Für eine Bestimmung müssen Blattform, Drüsenbehaarung der Triebe, Blütenstand, Frucht und Fundort verglichen werden, nicht nur die rote Rinde. Ist die Art nur ungefähr bestimmt, werden keine Früchte gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=548
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcgla
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arctostaphylos_glandulosa.jpg

Großfrüchtige Manzanita — sommerliche Früchte und kalter Trunk · Arctostaphylos glauca

Arctostaphylos glauca

An steinigen Hängen des Chaparrals sieht man einen Strauch mit glatter rötlicher Rinde und dichter blaugrüner Krone. Im Winter oder Frühjahr hängen kleine weiße krugförmige Blüten darin; bis zum Sommer reifen runde rotbraune Früchte, die merklich größer sind als bei vielen anderen Manzanitas. Das ist Arctostaphylos glauca, die großfrüchtige Manzanita. Sie gehört zu den kalifornischen Sträuchern, aus deren reifen Früchten man ohne Erhitzen einen kalten Trunk zubereitete. Kleine Mengen der Früchte können auch roh gegessen werden, wobei ihre mehlige Beschaffenheit und die harten Steinkerne zu beachten sind.



Arctostaphylos glauca mit blaugrünen ledrigen Blättern und großen bräunlich roten Früchten

Joe Decruyenaere · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein immergrüner Strauch oder kleiner Baum, der mehrere Meter hoch werden kann. Die Stämmchen und älteren Zweige besitzen glatte rotbraune Rinde, die sich stellenweise in dünnen Plättchen löst. Junge Zweige sind heller und können bläulich bereift erscheinen. Die wechselständigen Blätter sind fest, oval bis rundlich-eiförmig, ganzrandig und kurz gestielt. Wegen einer Wachsschicht wirken sie oberseits graugrün. An blühenden Zweigen sitzen kleine Gruppen hängender weißrosa Blüten, von denen jede einem winzigen geschlossenen Krug mit schmaler Öffnung ähnelt.

Nach der Bestäubung entsteht eine runde Steinfrucht mit dünner Haut und fester, mehliger innerer Masse. Mit zunehmender Reife wird sie bräunlich rot und bleibt fest oder gibt etwas nach. Im Inneren liegen mehrere große stark verholzte Steinkerne. Anders als eine saftige Brombeere enthält die Frucht nur wenig weiches süßes Fruchtfleisch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Arctostaphylos glauca als heimische Art Kaliforniens, besonders verbreitet im Chaparral und in Wacholder- und Joshua-Tree-Waldlandschaften des Südens und des zentralen Vorgebirges. Zahlreiche Nachweise gibt es in San Benito, Los Angeles, Riverside, San Diego, Santa Clara und San Luis Obispo, einzelne Sträucher auch in anderen Countys. Sie ist kein gewöhnlicher Wildstrauch des Sacramento Valley; man darf also nicht versprechen, sie in jedem dortigen Park zu finden.



Arctostaphylos glauca mit blaugrünen ledrigen Blättern und großen bräunlich roten Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die Manzanita liebt sonnige Hänge und verträgt die sommerliche Trockenheit gut. Ihr Fruchtertrag hängt jedoch stark von den Bedingungen im Frühjahr ab. Auf Schutzgebietsflächen kann das Sammeln verboten sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter bleiben ganzjährig am Strauch, sind aber in diesem Artikel keine Nahrung. In wärmeren Regionen des Bundesstaates kann die Blüte der Manzanitas bereits im Winter beginnen und bis ins Frühjahr dauern; in Bergregionen setzt sie später ein. Nach der Bestäubung wachsen kleine grüne Früchte. Sie nehmen allmählich an Größe zu und färben sich rot oder braun, meist im Sommer und Frühherbst. Vollständig entwickelte feste Früchte können noch eine Weile an den Zweigen hängen.

Eine grüne Winterkrone bedeutet also keine Fruchtversorgung im Winter. Für einen kalten Trunk werden nur vollständig reife Früchte genommen, nachdem sie ihre endgültige Färbung erreicht haben.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr ausdrücklich für Arctostaphylos glauca. Die Früchte sind mehlig, säuerlich und mitunter außen angenehm süß, aber schwer zu kauen und zu verdauen. Große Handvoll sind deshalb keine gute Idee; die harten Steinkerne dürfen erst recht nicht zerbissen werden.

Kalter Fruchttrunk. Dies ist eine besonders interessante örtliche Nahrungstradition. Der Artenführer beschreibt, wie die Früchte mit etwas sauberem Wasser angefeuchtet und mit den Händen zerdrückt wurden. Anschließend ließ man sie ungefähr zwölf Stunden in Wasser in der Sonne stehen und siebte sie ab. So entstand ohne Kochen eine süßsaure Flüssigkeit.

Für eine sichere heutige Variante werden Trinkwasser und sauberes Geschirr benötigt. Der historische Zeitraum in der Sonne garantiert keine mikrobiologische Sicherheit. Das Getränk sollte nicht lange in der Hitze stehen: Sinnvoller ist es, einen kurzen kalten Auszug herzustellen und frisch zu trinken.

Blätter, Stängel, Rinde und Blüten gehören nicht zur Nahrungsliste. Einzelne Berichte über gemahlene trockene Steinkerne dürfen nicht als Empfehlung übernommen werden, sie roh zu essen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Arctostaphylos manzanita, die bereits in einem eigenen Artikel beschrieben wurde, ähnelt der Art in roter Rinde und krugförmigen Blüten, hat jedoch eigene Blatt- und Fruchtgrößen und ein anderes hauptsächliches Verbreitungsgebiet. Die niedrige A. uva-ursi wächst am Boden und bildet kleine rote Früchte; ihre Sicherheit wird in einer anderen Stelle des russischen Katalogs widersprüchlich beurteilt und dort nicht empfohlen. Bei A. glauca ist der Strauch viel höher, die Blätter bläulich bereift und die reifen Früchte größer.

Manzanitas werden nicht anhand einer einzigen roten Rindenstelle bestimmt, besonders nicht ohne Blüten und Früchte. Mehliges Fruchtfleisch oder angenehmer Geruch beweisen die Art ebenfalls nicht. Bei empfindlicher Verdauung sind größere Fruchtmengen zu vermeiden.

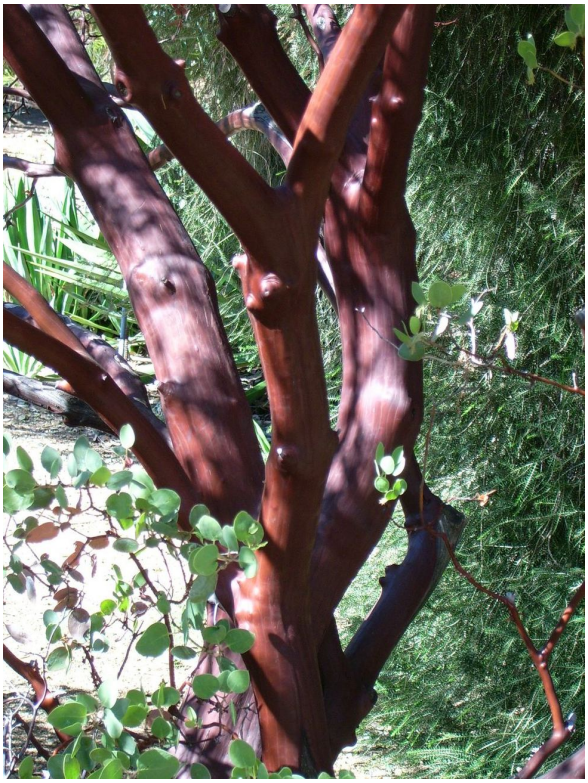
QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=556
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=556
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Arctostaphylos+glauca

Gewöhnliche Manzanita — rotrindiger Strauch mit Früchten · Arctostaphylos manzanita

Arctostaphylos manzanita

An trockenen sonnigen Hängen Kaliforniens wächst ein Strauch mit ungewöhnlich glatter rotbrauner Rinde. Schon von Weitem fällt er durch seine eigenwillig gebogenen Zweige und das dichte Grün auf, das selbst im Winter erhalten bleibt. Im Frühjahr erscheinen zwischen den Blättern kleine glockenförmige Blüten, und im Sommer reifen rundliche rötliche Früchte. Gerade diese Früchte der Manzanita lieferten Nahrung und einen kalten Trunk ohne Feuer.



Arctostaphylos manzanita mit glatter rotbrauner Rinde, ledrigen grünen Blättern und reifen rötlichen Früchten

Burkhard Mücke · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Arctostaphylos manzanita ist ein immergrüner Strauch, gewöhnlich ein bis zwei oder auch mehrere Meter hoch. Die Stämme und älteren Zweige sind glatt und rotbraun; die dünne äußere Rindenschicht löst sich teilweise ab. Junge Triebe sehen anders aus: Sie können grünlich oder leicht behaart sein.

Die einfachen ledrigen ovalen Blätter mit ganzrandiger Blattkante stehen wechselständig. Sie sind fest und gewöhnlich graugrün oder dunkelgrün. Die kleinen weißen bis leicht rosafarbenen Blüten stehen in kurzen hängenden Gruppen. Jede gleicht einem kleinen Krug mit enger Öffnung.

Die runden Früchte erinnern an winzige Äpfel. Zunächst grün, werden sie später rosa oder rot und zuletzt rotbraun. Sie besitzen vergleichsweise trockenes, mehliges Fruchtfleisch und harte Bestandteile im Inneren. Es handelt sich nicht um weiche saftige Beeren wie Brombeeren. An einem Strauch reifen die Früchte nach und nach.



Arctostaphylos manzanita mit glatter rotbrauner Rinde, ledrigen grünen Blättern und reifen rötlichen Früchten

Paul Asman and Jill Lenoble · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art ist im Westen Nordamerikas heimisch und in Nord- und Mittelkalifornien weit verbreitet. Besonders typisch ist sie für Chaparral im Vorgebirge, sonnige Hänge der Coast Ranges und der Sierra Nevada sowie gemischte Eichen-Kiefern-Gemeinschaften. Auf geeigneten Böden bilden die Sträucher auffällige, mancherorts sehr dichte Bestände.

Manzanita verträgt trockene Sommer gut. In Kalifornien kommen jedoch mehrere eng verwandte Arten der Gattung Arctostaphylos mit ähnlicher roter Rinde vor. Dieser Artikel behandelt ausdrücklich nur Arctostaphylos manzanita. Ein rotrindiger Strauch an der südkalifornischen Küste gehört deshalb nicht automatisch zu dieser Art: Im Bundesstaat wachsen viele andere Manzanitas.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die ledrigen Blätter bleiben alle zwölf Monate am Strauch. Das bedeutet nicht, dass sie roh gegessen wurden. Der wichtigste Nahrungsteil ist die Frucht.

Die Blütentrauben erscheinen in der kühlen Jahreszeit, oft im Winter oder frühen Frühjahr, je nach Standort ungefähr zwischen Januar und April. Die Früchte wachsen im Frühjahr und Sommer. An vielen Hängen stehen reife rötliche oder braune Früchte im Sommer und Frühherbst, ungefähr Juli bis Oktober, zur Verfügung. In größeren Höhen verschiebt sich die Saison.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Sie wurden frisch gegessen; mitunter kaute man das mehlige Fruchtfleisch. Die Früchte sind nicht unbedingt angenehm saftig. Ihr Geschmack kann süßlich oder herb sein, und die harten inneren Teile sind mit den Samen von Kulturbeeren nicht vergleichbar. Historische ethnobotanische Angaben zum Rohverzehr von Manzanita sind in Materialien des USDA Natural Resources Conservation Service erhalten.

Früchte für einen kalten Trunk. Aus reifen Früchten stellte man ein kühles Getränk her: Das Fruchtfleisch wurde zerdrückt, mit kaltem Wasser vermischt und durch ein Sieb oder ein geflochtenes Filtergerät gegeben, sodass die steinigen Teile zurückblieben. Die USDA-NRCS-Beschreibung nennt ausdrücklich einen aus Früchten ohne Kochen zubereiteten Trunk. Kalifornische Quellen beschreiben solche Verfahren bei mehreren indigenen Völkern, unter anderem Karuk und Maidu. Feuer war dafür nicht nötig.

Getrocknete Früchte. Einen Teil der Ernte bewahrte man durch natürliches Trocknen auf. Die getrockneten Früchte ließen sich über die kurze Reifezeit hinaus lagern und später mit Wasser einweichen. Rinde, Blätter und Blüten gehören hier nicht zur menschlichen Rohkost. Ihre ganzjährige Verfügbarkeit oder sonstige Verwendung bedeutet nicht, dass sie essbares Blattgrün wären.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien gibt es zahlreiche Manzanitas mit ähnlicher rötlicher Rinde, festen Blättern und glockenförmigen Blüten. Die Bestimmung gerade von Arctostaphylos manzanita erfordert daher neben der Rindenfarbe auch die Größe und Form der Blätter, den Aufbau der Triebe und das Verbreitungsgebiet. Der Toyon (Heteromeles arbutifolia) trägt ebenfalls rote, im Winter reifende Früchte, besitzt aber gewöhnlich gezähnte Blätter und deutlich anders aufgebaute Blütenstände. Es handelt sich um einen anderen Strauch.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Arctostaphylos manzanita, Morphologie und Standorte: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcman
- USDA NRCS, Whiteleaf Manzanita Plant Guide, Nutzung der Früchte und kalter Trunk: https://www.nrcs.usda.gov/plantmaterials/capmcpg13358.pdf
- Calflora, Arctostaphylos manzanita: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=565

Grünblättrige Manzanita — rotbraune Bergfrüchte · Arctostaphylos patula

Arctostaphylos patula

In den Bergen der Sierra Nevada, wo der Kiefernwald lichter wird und die Sonne einen steinigen Hang trifft, wachsen breite immergrüne Sträucher mit glatter rötlicher Rinde. Die grünen Blätter fallen selbst im Winter auf; gegen Ende des Sommers reifen kleine braunrote Früchte an ihren Zweigen. Das ist Arctostaphylos patula, die Grünblättrige Manzanita. Ihr vollständig reifes dünnes Fruchtfleisch kann roh gegessen oder für einen kalten Trunk verwendet werden. Mehrere sehr harte Steinkerne füllen jedoch einen großen Teil der Frucht aus. Manzanita ersetzt daher keine Handvoll weicher Beeren.



Arctostaphylos patula mit leuchtend grünen ledrigen Blättern, rötlichen Zweigen und rotbraunen Früchten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauernder Strauch, häufig bis anderthalb oder zwei Meter hoch, der sich vom Grund breit ausdehnt. An manchen trockenen Hängen bleibt er niedriger und wächst fast am Boden entlang. Alte Zweige sind rotbraun und recht glatt; die Rinde löst sich stellenweise in dünnen Streifen ab. Junge Triebe sind grünlich oder färben sich rötlich. Die wechselständigen Blätter sind dick, ledrig, breitoval, leuchtend grün, ganzrandig und kurz gestielt. Von blaugrünlaubigen Manzanitas unterscheiden sie sich vor allem dadurch, dass eine ausgeprägte graue Wachsschicht fehlt.

Im Winter und frühen Frühjahr öffnen sich in kleinen hängenden Gruppen weiße oder rosafarbene, krugförmige Blüten mit schmaler Öffnung. Nach der Bestäubung entstehen runde grüne Früchte mit Blütenresten. Bis zum Spätsommer werden sie rotbraun, ungefähr einen Zentimeter breit, mit etwas trockenem süßsaurem äußerem Fruchtfleisch und mehreren harten Steinkernen. Aus einem Fruchtknoten können vier bis acht harte Samenbestandteile entstehen. Für die Art des Verzehrs ist das wichtig.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Arctostaphylos patula als heimische kalifornische Art und verzeichnet mehrere Tausend Beobachtungen. Typische Lebensräume sind Yellow Pine Forest und Red Fir Forest: offene sonnige Stellen in gemischten Bergwäldern, Ränder von Waldwegen und steinige Hänge. Sie kommt in der Sierra Nevada, den Cascade Mountains und weiteren Bergregionen des Bundesstaates vor. Von Sacramento aus sucht man sie eher beim Aufstieg ins Vorgebirge und Gebirge als auf Rasenflächen im flachen Tal.



Arctostaphylos patula mit leuchtend grünen ledrigen Blättern, rötlichen Zweigen und rotbraunen Früchten

M. Simmonson / USFS Region 5 · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

An geeigneten Hängen können große dichte Bestände entstehen; ihre Fruchtmenge unterscheidet sich jedoch zwischen Jahren und Orten deutlich. Auch die Regeneration nach Feuer variiert zwischen Unterarten und Populationen. Einen einzelnen gut entwickelten Strauch sollte man nicht beschädigen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entwickeln sich junge Triebe; die Blätter bleiben ganzjährig grün. Die Blütezeit liegt gewöhnlich im Spätwinter oder Frühjahr. Plants For A Future nennt für gemäßigte Bedingungen März bis Mai. Nach der Bestäubung wachsen kleine grüne runde Früchte langsam heran und beginnen dann rot zu werden. Vollständig reife rotbraune Früchte sind häufig zwischen August und Oktober zu finden. In größeren Höhen setzt die Reife gegenüber sonnigen tieferen Hängen oft später ein.

Wintergrün und Frühlingsblüten sind für sich keine Fruchtsaison. Nach lang anhaltenden Herbstregen können einige Früchte schnell verderben; trockene alte Früchte hängen manchmal noch ohne weiches Fruchtfleisch an den Zweigen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes äußeres Fruchtfleisch. Der Artenführer Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Arctostaphylos patula. Sie sind herb-säuerlich, mitunter angenehm und erinnern an einen kleinen sauren Apfel. Man kann eine reife Frucht behutsam zerdrücken und die weiche äußere Schicht essen, ohne die harten Steinkerne aufzubeißen. Das Fruchtfleisch ist sehr dünn: Selbst einige Dutzend Früchte ergeben keine große Portion.

Kalter Fruchttrunk. Saubere reife Früchte können kurz in Trinkwasser zerdrückt und sorgfältig abgesiebt werden, damit keine harten Teile ins Glas gelangen. Die Nahrungsquelle bestätigt die Verwendung der Früchte in Getränken. Alkoholische Gärung und Erhitzen gehören jedoch nicht zu einer Ernährung ohne Feuer. Der Trunk wird frisch zubereitet und nicht längere Zeit in der Hitze stehen gelassen.

Pulver aus ganzen Steinkernen wird nicht empfohlen. Trotz einzelner historischer Berichte gibt der Artenführer für rohe Samenkerne keine ebenso klare Bestätigung. Blätter, Blüten, Rinde und Wurzeln zählen nicht zu den roh essbaren Teilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Arctostaphylos glauca besitzt stärker bläulich bereifte, wie eingestaubte Blätter und in der Regel größere Früchte; sie wird im Atlas gesondert beschrieben. Arctostaphylos manzanita unterscheidet sich ebenfalls in Trieben, Größe und Verbreitungsgebiet. Arctostaphylos viscida hat häufig klebrige drüsige Triebe und graueres Laub. Ein rötlicher Stamm und eine weiße Krugblüte allein reichen daher nicht: Bestimmt werden der ganze Strauch, seine Blätter, Früchte und sein Standort.

Eine unbekannte Frucht darf nicht gegessen werden, nur weil daneben eine andere essbare Manzanita wächst. In Nationalparks und Schutzgebieten gelten eigene Regeln für das Sammeln.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=596
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Arctostaphylos+patula

Spitzblättrige Manzanita — süßsaure Trockenfrüchte der Bergwüsten · Arctostaphylos pungens

Arctostaphylos pungens

In südlichen Gebirgen und an trockenen Hängen im Südwesten der Vereinigten Staaten wächst eine immergrüne Manzanita mit festen zugespitzten Blättern und rötlicher Rinde. Im Winter und Frühjahr öffnen sich kleine weiße Glockenblüten; bis zur warmen Jahreszeit reifen kleine rotbraune Früchte. Dies ist Arctostaphylos pungens, eine Manzanita-Art, deren reife Früchte roh gegessen werden können. In Kalifornien enthält die Gattung jedoch besonders viele eng verwandte heimische und seltene Arten. Ein fremder Strauch darf daher nicht anhand einer einzelnen roten Frucht dieser Art zugeordnet werden.



Arctostaphylos pungens mit zugespitzten ledrigen Blättern, rötlicher Rinde und reifen braunroten Früchten

Dick Culbert · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein stark verzweigter immergrüner Strauch, normalerweise ein bis drei Meter hoch. Junge Zweige sind manchmal behaart; ältere Stämmchen und kräftige Äste haben eine rotbraune, sich ablösende Rinde. Die wechselständigen Blätter sind dick, ledrig, oval bis schmal eiförmig, mit spitzer Spitze und ganzrandig. Häufig stehen sie annähernd senkrecht zum Zweig. Die Blütenstände bestehen aus kleinen Gruppen hängender weißlicher oder blassrosa urnenförmiger Blüten, jede mit fünf kurzen zurückgebogenen Zähnchen.

Die Früchte sind rund und fest, zunächst grün, später rötlich bis rostbraun. Im Inneren liegen ein oder mehrere harte steinkernartige Samenbestandteile. Das eher trockene Fruchtfleisch kann deutlich mehlig sein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Plants of the World Online und Plants For A Future ordnen Arctostaphylos pungens dem Südwesten Nordamerikas zu. Calflora verzeichnet die Art ebenfalls an südlichen kalifornischen Hängen. Historisch wurde der Name allerdings auch für mehrere Pflanzen benutzt, die heute als eigenständige Arten gelten. Daher darf man nicht erwarten, dass jeder kalifornische Manzanitabestand zu dieser Art gehört.

Besonders bedeutsam sind trockene steinige Pflanzengemeinschaften nahe der Grenze zu Arizona und Mexiko, Berg-Chaparral und einzelne Übergangsstandorte. An nördlichen Hängen und in der Umgebung von Sacramento wachsen fast immer andere Arctostaphylos-Arten. Die Bezeichnung darf nicht auf seltene lokale Endemiten übertragen werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Kleine Glockenblüten öffnen sich je nach Höhenlage und Feuchtigkeit in der kühlen Jahreszeit und im Frühjahr. Die Früchte wachsen im Frühjahr, werden bis zum Sommer oder frühen Herbst dunkler rotbraun und vertrocknen oft noch am Strauch. Die Reifezeit unterscheidet sich stark nach Standort und jährlichem Niederschlag. Roh werden nur gleichmäßig reife, schimmelfreie Früchte mit normalem trockenem mehligem Fruchtfleisch gegessen. Grüne harte Steinfrüchte bleiben am Strauch.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch. Plants For A Future bestätigt für Arctostaphylos pungens ausdrücklich den Rohverzehr. Es schmeckt süßsauer, mitunter angenehm apfelartig, ist jedoch trocken und mehlig; große Mengen sind schwer zu essen und zu verdauen. Eine saubere Frucht wird vorsichtig zerdrückt. Man isst nur die weiche äußere Partie und trennt die harten inneren Steinkerne ab.

Man kann vollständig reife, kalt zerdrückte Früchte auch in sauberes kühles Trinkwasser geben und die festen Teile herausfiltern. So erhält man ohne Feuer einen leichten Fruchttrunk. Blätter, Rinde und Wurzeln werden nicht als rohe Nahrung verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Arctostaphylos patula und Arctostaphylos manzanita sind in Kalifornien wesentlich weiter verbreitet, unterscheiden sich aber durch die Kombination aus Blättern, Rinde, Behaarung junger Triebe und Blütenbau. In einigen historischen Namen dieser Pflanzen kam ebenfalls das Wort pungens vor. Ein alter lateinischer Name auf einem Herbarbeleg beweist deshalb nicht, dass es sich um die heute so bezeichnete Art handelt.

Von Arctostaphylos glauca unterscheidet sich die Art außerdem in Blattmerkmalen und Fruchtgruppen. Ist die genaue Art nicht anhand eines botanischen Bestimmungsschlüssels festzustellen, werden die Früchte des unbekannten Strauchs nicht gekostet. Selbst bei richtig bestimmter Manzanita sind harte Steinkerne nicht dasselbe wie weiches Fruchtfleisch.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Arctostaphylos+pungens
- https://www.calflora.org/species/sci-A.html
- https://powo.science.kew.org/

Echte Bärentraube — rote mehlige Früchte an bodennahen Zweigen · Arctostaphylos uva-ursi

Arctostaphylos uva-ursi

In nördlichen Küstenwäldern und auf kühlen offenen Hängen kann der Boden von einem niedrigen immergrünen Teppich bedeckt sein. Zwischen den glatten ledrigen Blättchen werden im Herbst kleine runde Früchte rot. Die Bärentraube ist eine Verwandte der Manzanitas. Ihre Früchte sind ohne Erhitzen essbar, schmecken allerdings deutlich trockener und fader als Heidelbeeren.



Arctostaphylos uva-ursi als niedriger immergrüner Teppich mit kleinen glänzenden Blättern und roten Früchten

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauernder kriechender Zwergstrauch, der gewöhnlich nur fünf bis zwanzig Zentimeter über den Boden aufragt. Seine verholzten Triebe breiten sich jedoch über viele Dutzend Zentimeter aus. Ältere Zweige sind rotbraun, an manchen Stellen löst sich eine dünne Rindenschicht. Die kleinen verkehrt eiförmigen Blätter haben eine rundliche Spitze und einen glatten, ungezähnten Rand. Ihre Oberseite ist glänzend dunkelgrün, die Unterseite etwas heller.

Die hängenden weiß-rosafarbenen Blüten stehen zu mehreren zusammen; jede ähnelt einem kleinen Krug mit enger Öffnung. Die runden glatten Früchte werden bei voller Reife leuchtend rot und sind ungefähr sechs bis zehn Millimeter breit.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert natürliche Populationen in Humboldt, Del Norte, Mendocino, Marin, San Mateo, Monterey, Mono und einigen weiteren kalifornischen Countys. Die Pflanze bevorzugt sandige oder steinige, gut entwässerte Standorte, kühle Nadelwälder, Küstendünen und manche Bergabhänge. In der trockenen Ebene von Sacramento ist sie kein gewöhnlicher wild wachsender Strauch. An geeigneten Orten bildet sie einen geschlossenen niedrigen Bodenteppich.



Arctostaphylos uva-ursi als niedriger immergrüner Teppich mit kleinen glänzenden Blättern und roten Früchten

Isidre blanc · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die hängenden hellen Blüten öffnen sich vorwiegend im Frühjahr. Kleine grüne Früchte wachsen im Sommer und werden im Spätsommer oder Herbst rot. In kalten Gegenden können einige reife Früchte unter Schnee an den Zweigen bleiben. Die Blätter sind zwar das ganze Jahr grün; das heißt nicht, dass sie als rohe Nahrung geeignet wären.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Der USDA Forest Service beschreibt frische Bärentrauben ausdrücklich als Reserve- oder Notnahrung: Sie sind trocken, mehlig und fast geschmacklos. Plants For A Future bestätigt zusätzlich den Verzehr der Früchte roh und nach dem Trocknen ohne Erhitzen. Das Fruchtfleisch umschließt harte innere Bestandteile, die nicht zerbissen werden müssen. Trockene reife Früchte können mit sauberem kaltem Wasser etwas angefeuchtet werden, damit sie weniger mehlig erscheinen.

Große Portionen eignen sich nicht: Durch den hohen Gehalt an Gerbstoffen können Beschwerden entstehen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Anders als hohe Manzanitas kriecht die Bärentraube unmittelbar am Boden. Arctostaphylos nevadensis und andere niedrige Manzanitas sehen ähnlich aus, weshalb Zweigaufbau, Blätter und Blütenstände geprüft werden müssen. Die Preiselbeere Vaccinium vitis-idaea trägt ebenfalls rote Früchte, besitzt jedoch eine andere Blütenform und Blätter mit charakteristischen Punkten an der Unterseite.

Besonders wichtig ist, die Essbarkeit roter Früchte nicht auf Bärentraubenblätter zu übertragen. Diese enthalten wirksame Inhaltsstoffe und sind als Salatgrün ungeeignet.

QUELLEN

- Calflora — Arctostaphylos uva-ursi: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=624
- USDA Forest Service FEIS — Kinnikinnick: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcuva
- Plants For A Future — Arctostaphylos uva-ursi: https://pfaf.org/USER/plant.aspx?latinname=Arctostaphylos+uva-ursi

Weißblättrige Manzanita — helles Laub und trockene Sommerfrüchte · Arctostaphylos viscida

Arctostaphylos viscida

Auf trockenen rötlichen Hängen im Vorgebirge der Sierra Nevada wachsen Sträucher mit glatter roter Rinde und hellem bläulichem Laub. Im Frühjahr sieht man an ihnen kleine helle krugförmige Blüten; im Sommer folgen eher trockene kugelige Früchte. Das ist die Weißblättrige Manzanita, eine heimische Art, deren Früchte frisch und für kalte Getränke genutzt wurden.



Arctostaphylos viscida mit graugrünen ledrigen Blättern, roter Rinde und hellen krugförmigen Blüten

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein mehrjähriger immergrüner Strauch, gewöhnlich einen bis mehrere Meter hoch. Stämme und größere Zweige tragen glatte rotbraune Rinde; alte Stellen können etwas rau sein. Die einfachen ovalen bis rundlich-eiförmigen Blätter sind fest und ganzrandig. Durch ihren hellen blaugraugrünen Ton unterscheidet sich die Pflanze auffällig von vielen dunkelblättrigen Manzanitas. Junge Zweige können drüsig und klebrig sein.

Die kleinen weißen oder rosafarbenen Blüten stehen in hängenden Trauben und ähneln winzigen Krügen. Die runde Frucht besitzt eine feste Haut und mehliges Fruchtfleisch um harte innere Bestandteile.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora beschreibt die Weißblättrige Manzanita als heimische Pflanze des kalifornischen Chaparrals. Sie wächst häufig auffällig an trockenen steinigen Hängen, zwischen Kiefern und Eichen des Vorgebirges, auch in Bergregionen nördlich und östlich des Sacramento Valley. Auf flachen bewässerten Flächen und in feuchten küstennahen Niederungen fehlt dagegen ihr typischer Lebensraum.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blütentrauben erscheinen gegen Ende der feuchten Jahreszeit. Der genaue Zeitpunkt hängt von Höhenlage und Winterregen ab. Die Früchte entwickeln sich im Frühjahr und reifen gewöhnlich im Sommer, mitunter bis in den Frühherbst. Eine außen bereits gerötete Steinfrucht kann noch recht fest sein. Beim Sammeln wird daher die Reife der gesamten Fruchtgruppe geprüft.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Die Nutzung von Manzanitas als Nahrung betrifft vor allem die etwas trockene süßsaure äußere Fruchtmasse. Sie kann frisch in kleinen Mengen gegessen werden, ohne die harten inneren Steinkerne zu zerbrechen.

Ein kalter Trunk entsteht, indem reife Früchte in sauberem kaltem Trinkwasser zerdrückt und anschließend abgesiebt werden, damit die festen Teile zurückbleiben. Gerade für Arctostaphylos viscida beschreibt ein USDA-NRCS-Leitfaden den Verzehr roher und getrockneter Früchte durch die Wintu sowie ein kaltes gefiltertes Getränk der Miwok. Nach kalter Zubereitung wird der Trunk frisch getrunken; längere Aufbewahrung führt zu Gärung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Auch andere kalifornische Manzanitas haben rote Rinde und kleine glockenförmige Blüten. Arctostaphylos patula besitzt grüneres Laub und andere Triebe, während Arctostaphylos manzanita in Blattbau und Form der Blütentrauben abweichen kann. Anhand einer einzelnen Frucht lässt sich die Art nicht zuverlässig bestimmen. Erforderlich sind Blatt, Zweig, Blütentraube und Standort. Für einzelne Populationen gelten Naturschutzbeschränkungen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=632
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_arvi4.pdf
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcvis

Gartenspargel — frühe Sprosse und giftige rote Beeren · Asparagus officinalis

Asparagus officinalis

Im Frühjahr schieben sich auf alten Gemüsebeeten und an manchen kalifornischen Kanälen kurze, dicke grüne Spitzen mit eng geschlossenen Köpfen aus dem Boden. Später wachsen daraus hohe, verzweigte Stängel mit feinem, federartigem Grün, das weichen Nadeln ähnelt. Dies ist Asparagus officinalis, der Gartenspargel, eine bekannte Gemüsepflanze, die örtlich verwildert ist. Junge Sprosse können ohne Feuer gegessen werden; die roten Sommerbeeren weiblicher Pflanzen sind dagegen giftig und keine essbaren Früchte.



Asparagus officinalis mit jungen dicken Frühlingssprossen und später feinem grünen Zweigwerk

Rasbak · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Spargel ist eine ausdauernde krautige Pflanze mit einem langlebigen unterirdischen Wurzelstock und kräftigen fleischigen Wurzeln. Jedes Frühjahr wachsen daraus neue grüne oder purpurfarbene Sprosse. Anfangs sind sie kurz und dick und tragen einen festen kegelförmigen Kopf. Am Stängel liegen kleine dreieckige Schuppenblätter eng an; eigentliche große Laubblätter fehlen. Mit zunehmendem Wachstum erreicht der Spross einen Meter oder mehr und verzweigt sich vielfach. Das dünne grüne, nadelartige Geflecht besteht aus umgebildeten Zweigen, den Kladodien, die in Büscheln wachsen.

Im Sommer erscheinen kleine grünlich gelbe glockenförmige Blüten. Die Pflanzen sind meist zweihäusig, das heißt, männliche und weibliche Blüten stehen auf verschiedenen Exemplaren. Bei weiblichen Pflanzen entwickeln sich nach der Bestäubung runde, zunächst grüne und später glänzend rote Beeren. Sie sehen verlockend aus, sind aber nicht essbar. Im Winter vergilben die oberirdischen Stängel und sterben ab; der Wurzelstock lebt weiter.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Asparagus officinalis in Kalifornien als nicht heimische Art, die stellenweise aus Gärten und landwirtschaftlichen Kulturen verwildert ist. Verglichen mit gewöhnlichen Unkräutern sind die Fundmeldungen relativ selten. Man trifft die Pflanze an alten Gemüsebeeten, Gräben, Feldrändern, Straßen und ehemaligen Wirtschaftsflächen. Im Sacramento Valley ist der Anbau von Kulturspargel gut bekannt. Große natürliche Bestände in ungestörten Wiesen zu erwarten, wäre jedoch falsch.



Asparagus officinalis mit jungen dicken Frühlingssprossen und später feinem grünen Zweigwerk

Titantoma · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

USDA- und Universitätsquellen beschreiben ihre Fähigkeit, sich an Straßen und in feuchten Senken anzusiedeln. Kulturspargel auf einem Privatgrundstück bleibt Eigentum des Besitzers, auch wenn seine Triebe über das Beet hinausgewachsen sind.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im zeitigen Frühjahr erscheinen bei steigenden Temperaturen junge fleischige Sprosse. Im Sacramento Valley geschieht das gewöhnlich vom Spätwinter bis zum Frühjahr, oft von März bis Mai, abhängig von Bodentemperatur und Feuchtigkeit. Ein junger Spross wächst schnell und verliert bald seine Zartheit.

Im Sommer ist der Stängel hoch und reich verzweigt. Kleine Blüten und das weiche grüne Geflecht der Kladodien erscheinen. An weiblichen Pflanzen können im Spätsommer und Herbst rote Beeren reifen, die keinesfalls gekostet werden dürfen. Im Herbst vergilbt und verwelkt das oberirdische Grün. Die kurze Rohkostsaison des Spargels fällt also nicht mit der Reifezeit der roten Beeren zusammen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ganz junge Sprosse. Montana State University Extension empfiehlt ausdrücklich den Verzehr von rohem Spargel; Plants For A Future bestätigt ihn für junge Sprosse von Asparagus officinalis. Gegessen wird ein fester grüner Spross mit geschlossenem Kopf, solange der untere Abschnitt noch nicht verholzt ist. Nach dem Abwaschen mit sauberem Trinkwasser kann man den zarten Abschnitt dort abbrechen, wo er von selbst leicht knickt, und frisch essen oder in einen kalten Salat schneiden. Der Geschmack ist mild, grasig und etwas süßlich. Bei älteren Sprossen ist die harte untere Partie unangenehm faserig.

Nicht die roten Beeren. North Carolina State Extension warnt davor, dass Spargelfrüchte Magenbeschwerden verursachen können. Weder roh noch zerdrückt sind sie zum Verzehr geeignet. Bei manchen Menschen reizt bereits der Kontakt mit frischen rohen Sprossen die Haut. Wer so reagiert, sollte die Pflanze nicht verwenden. Das feine sommerliche Zweiggrün, Samen und Wurzeln gehören nicht zur Nahrungsliste.

Von einer alten Spargelgruppe dürfen nicht sämtliche Sprosse abgeschnitten werden: Für das Weiterleben benötigt die Pflanze grüne Triebe. Rohe Sprosse aus chemisch behandelten landwirtschaftlichen Randstreifen sind ebenfalls ausgeschlossen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Ein junger Spargelspross hat ein charakteristisches Aussehen. Wenn er gerade aus der Erde kommt, kann er jedoch mit Sprossen von Zierspargel und anderen krautigen Stauden verwechselt werden. Die Zugehörigkeit zu Asparagus officinalis wird anhand der ausgewachsenen Pflanze überprüft: kleine schuppenförmige Blätter, federartige Büschel von Kladodien, kleine grünlich gelbe Blüten und bei weiblichen Exemplaren rote Beeren. Die Zierarten Asparagus densiflorus und Asparagus setaceus dürfen nicht mit dem essbaren Gartenspargel gleichgesetzt werden. Besonders gefährlich ist die Vorstellung, die roten Beeren seien essbar, weil die Frühlingssprosse derselben Pflanze gegessen werden. Im Zweifel werden auch junge Sprosse nicht gekostet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9707
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/asparagus-officinalis/common-name/garden-asparagus/
- https://www.montana.edu/extension/nutrition/nutrition-cooking-culture/food-fact-sheets/asparagus.html
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=asparagus+officinalis

Gartenmelde — zarte grüne und purpurrote Blätter · Atriplex hortensis

Atriplex hortensis

Neben einem alten Gemüsegarten oder auf einem verlassenen Beet kann eine hohe, buschige einjährige Pflanze mit breiten weichen Blättern wachsen. Manche Exemplare sind leuchtend grün, andere purpurfarben, beinahe bordeauxrot. Es handelt sich um die Gartenmelde, die gelegentlich auch als Bergspinat bezeichnet wird. Anders als viele salztolerante Sträucher wurde sie gezielt wegen ihres weichen Blattgrüns angebaut: Junge Blätter werden roh, ohne Erhitzen, gegessen.



Atriplex hortensis mit breiten weichen dreieckigen grünen oder purpurroten Blättern

Salicyna · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige Pflanze, die bei guter Wasserversorgung einen halben bis anderthalb Meter und mehr hoch werden kann. Der Stängel steht aufrecht, ist fest, auffällig gerippt und verzweigt sich vor allem in der oberen Hälfte. Die wechselständigen, gestielten Blätter sind groß, breit dreieckig bis spießförmig und haben an der Basis oft zwei seitlich abstehende eckige Lappen. Ihr Rand ist beinahe glatt oder schwach gezähnt.

Die Blattfarbe reicht von Grün und Gelbgrün bis Dunkelpurpur; selbst an einer Pflanze ist die Färbung nicht immer gleich. Die unscheinbaren grünen oder rötlichen Blüten stehen in hohen verzweigten Blütenständen. Die Früchte sitzen zwischen zwei vergrößerten Vorblättern. Die Samen sind klein und flach.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Atriplex hortensis als nicht heimische Pflanze auf, die außerhalb von Gärten in Kalifornien ausgesprochen selten ist und nur wenige selbstständige Beobachtungen aufweist. Die meisten Fundorte sind Gärten, ehemalige Gemüsebeete und zufällige Selbstaussaat nahe Siedlungen, nicht natürliche Salzmarschen und Wüstenhänge.



Atriplex hortensis mit breiten weichen dreieckigen grünen oder purpurroten Blättern

Carole Ritchie · Public domain · Wikimedia Commons

Bei ausreichender Feuchtigkeit kann Gartenmelde in warmen Tälern wachsen, auch im Raum Sacramento. Der Standort kann sich in Privatbesitz befinden, und Gartenpflanzen werden mitunter chemisch behandelt. Nur weil eine Gartenpflanze jenseits eines Zaunes keimt, ist sie keine frei verfügbare Wildnahrung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Bei mäßiger Temperatur keimen die Pflanzen im Frühjahr; in mildem Klima auch nach kühlen Regenfällen. Die jungen Blätter sind in der frühen Wachstumsphase am saftigsten, bevor sich der Blütenstängel stark verlängert. In der heißen trockenen Sommerzeit wird die Gartenmelde schnell grob und bildet hohe Blütenstände. Bei Bewässerung kann erneut weiches Laub nachwachsen.

Die Samen reifen im Sommer und Herbst, eignen sich hier jedoch nicht für eine Ernährung ohne Feuer.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr. Sie sind weich und schmecken mäßig salzig und etwas nach Spinat. Frische kleine Blätter kann man fein schneiden und anderem Grün beimischen. Man wählt die zarten jungen Triebspitzen, bevor sie zäh werden.

Wie andere Melden kann die Pflanze bei stark stickstoffgedüngtem Boden Nitrate anreichern; die Blätter können außerdem Oxalate enthalten. Große rohe Portionen sind deshalb unerwünscht. Samen werden in den Quellen gesondert nach Verarbeitung und Einweichen wegen ihres Saponingehalts beschrieben. Sie werden ohne diese Zubereitung nicht roh gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Atriplex semibaccata, die im Atlas ebenfalls beschrieben wird, wächst kriechend am Boden. Ihre Blätter sind klein und ihre Fruchtvorblätter werden rot. Atriplex lentiformis ist ein großer, verholzender graugrüner Strauch. Die Gartenmelde ist dagegen eine hohe Einjährige mit breiten weichen Blättern. Chenopodium album besitzt auf jungen Blättern einen mehligen Belag und andere Blütenstände.

Ein einzelnes dreieckiges Blatt reicht nicht zur Bestimmung. Betrachtet werden müssen der Stängel, die Fruchtvorblätter und die ausgewachsene Pflanze.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=983
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Atriplex+hortensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Atriplex_hortensis

Spieß-Melde — junges Blattgrün salziger Wiesen · Atriplex prostrata

Atriplex prostrata

Auf einem tief liegenden Küstenabschnitt oder nahe einer salzhaltigen Senke kann eine krautige Pflanze mit mattgrünen Blättern wachsen, deren Form an eine Speerspitze erinnert. Bei genügend Feuchtigkeit entwickelt sie selbst auf Boden, der anderen Kräutern schwer zusetzt, eine ausladende Gestalt. Dies ist die Spieß-Melde, eine eingeschleppte Art, deren junge zarte Blätter als frisches Grün bekannt sind.



Atriplex prostrata mit spießförmigen grünen Blättern, seitlichen Blattlappen und unscheinbaren Blütenständen

Ryan Hodnett · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Einjährige Pflanze mit verzweigten, aufrechten oder niederliegenden Stängeln. Je nach Standort erreicht sie ungefähr 20–90 Zentimeter Höhe. Untere Blätter sind oft dreieckig-spießförmig: Sie besitzen eine längliche Spitze und zwei kleinere, seitlich oder rückwärts gerichtete Lappen am Blattgrund. Die oberen Blätter sind meist schmaler und einfacher geformt. Wegen winziger mehliger Bläschen, die für die Gattung Atriplex typisch sind, kann die Oberfläche graugrün erscheinen.

Die winzigen unscheinbaren grünen Blüten stehen in lockeren ährenförmigen Blütenständen. Bei der Reife bilden die weiblichen Blüten charakteristische Vorblätter, die die Frucht einschließen. Deren Form ist für die Bestimmung der Art wichtig.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Atriplex prostrata kommt in Kalifornien als nicht heimische Pflanze an der Küste vor, auf gestörten feuchten Böden, an Salzmarschen, in salzhaltigen Niederungen und gelegentlich an Gewässern im Landesinneren. Sie verträgt Salz besser als viele gewöhnliche Salatkräuter.



Atriplex prostrata mit spießförmigen grünen Blättern, seitlichen Blattlappen und unscheinbaren Blütenständen

Ryan Hodnett · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Salztoleranz bedeutet aber keineswegs, dass der Standort sauber ist. Küstenschlamm, schmutzige Gräben und alte Industrieablagerungen können Schadstoffe enthalten, die auch auf die Blätter gelangen. Auf gewöhnlichen trockenen Rasenflächen in Sacramento braucht man die Art nicht zu suchen. Geeignete Standorte sind eher feuchte salzhaltige Böden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Regenfällen treibt die Pflanze rasch neue Blätter. Wenn genügend Feuchtigkeit bleibt, wächst sie bis in die warme Jahreszeit. Im Frühjahr und Frühsommer sind an weichen Triebspitzen dünne, weniger stark salzig schmeckende Blätter zu finden. Später verlängern sich die Stängel, grünliche Blütenstände erscheinen und die Früchte reifen.

An einem trockenen Ufer werden die Blätter viel schneller grob als an einem dauerhaft feuchten Standort. Für die Artbestimmung sind die entwickelten Fruchtvorblätter besonders nützlich.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. In den Arteninformationen zu Atriplex prostrata wird der Rohverzehr zarter Blätter als kleine salzige Zugabe zu anderem Grün beschrieben. An ausgewachsenen Pflanzen ist der Geschmack oft deutlich salziger; ältere feste Blätter eignen sich für Rohkost weniger.

Bei dieser Art darf man einen salzigen Geschmack nicht mit Sicherheit verwechseln. Pflanzen von Flächen mit Abwasser oder Schwermetallen sind ungeeignet. Auch der Oxalatgehalt verlangt maßvollen Verzehr, insbesondere wenn bereits viel anderes oxalatreiches Grün gegessen wird.

In manchen Ländern wird Melde als gekochtes Gemüse verwendet; Methoden mit Erhitzung gehören nicht zu diesem Artikel. Reife Samen und Wurzeln werden ohne eigenständige verlässliche Bestätigung nicht als rohe Nahrung angeboten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Kalifornien beherbergt zahlreiche heimische und eingeschleppte Atriplex-Arten. Auch Atriplex patula kann spießförmige Blätter besitzen; die Blätter von Atriplex hortensis sind dagegen oft viel größer. Einige Arten unterscheiden sich hauptsächlich durch die Form der Vorblätter rund um die Frucht. An einer einzelnen jungen Rosette lassen sie sich deshalb nicht sicher auseinanderhalten.

Manche kalifornischen Melden sind selten und ihre Standorte schutzbedürftig. Unbekannte Pflanzen dürfen nicht allein deswegen gekostet werden, weil ihre Blätter salzig schmecken und spießförmig aussehen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11366
- https://eattheplanet.org/atriplex-prostrata-triangle-orache/
- https://www.echocommunity.org/en/resources/a349afcb-7d2d-43a5-a5ec-ec95274b60ae

Australische Melde — rote fleischige Fruchtvorblätter · Atriplex semibaccata

Atriplex semibaccata

Auf einem sandigen salzhaltigen Küstenhang Kaliforniens wächst manchmal eine niedrige kriechende Pflanze mit graugrünen Blättern. An weiblichen Exemplaren erscheinen gegen Ende des Sommers kleine fleischige rote Fruchtgebilde zwischen den Zweigen. Sie heben sich deutlich von dem blassen Laub ab. Das ist die Australische Melde, eine früher als Futterpflanze eingeführte Art, die sich später selbstständig ausbreitete. Ihre reifen Fruchtgebilde werden roh gegessen; aufgrund des Salzgehalts und der geringen Fruchtmasse eignen sie sich jedoch nur als gelegentliche kleine Zugabe.



Atriplex semibaccata mit niedrigen kriechenden Zweigen, graugrünen Blättern und roten fleischigen Fruchtvorblättern

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige mehrjährige, reich verzweigte krautige Pflanze oder ein Halbstrauch, die beziehungsweise der über den Boden kriecht und oft Polster bis zu einem Meter Breite bildet. Die dünnen Triebe sind zunächst grünlich und verholzen später teilweise. Die wechselständigen Blätter sind klein, länglich oder oval, ganzrandig, auf der Oberseite graugrün und unterseits silbrig weiß mit mehligem Belag.

Die winzigen Blüten sind grünlich und unauffällig. Männliche und weibliche Blüten können auf verschiedenen Pflanzen stehen. Nach der Bestäubung entwickeln sich an weiblichen Zweigen um die eigentliche Frucht rötliche fleischige Vorblätter mit rautenförmigem oder dreieckigem Umriss. Gerade diese erinnern an winzige rote Beeren.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora enthält Tausende Beobachtungen von Atriplex semibaccata in Kalifornien und führt sie als invasive nicht heimische Pflanze. Besonders häufig wächst sie in salzhaltigen Küstengemeinschaften, auf gestörtem Sandboden, in trockenen Wiesen, Küstengebüschen und am Rand versalzter Böden Südkaliforniens.



Atriplex semibaccata mit niedrigen kriechenden Zweigen, graugrünen Blättern und roten fleischigen Fruchtvorblättern

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Im Sacramento Valley gibt es einzelne Fundmeldungen; die Art ist dort aber weniger typisch als an manchen Küstenstandorten. Salzablagerungen und industrielle Verschmutzung sind in solchen Lebensräumen nicht immer sichtbar.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Regenfällen bildet die Pflanze neues Grün. In mildem Klima können die Blätter lange erhalten bleiben. Die kleinen Blüten entstehen in der warmen Jahreszeit. Die fleischigen weiblichen Fruchtvorblätter färben sich vor allem im Sommer und Herbst allmählich rot.

Gesammelt werden nur gleichmäßig rote und weiche Fruchtgebilde. Grünliche harte Gebilde sind noch nicht für den Verzehr geeignet. In sehr trockenen Jahren kann die Pflanze kaum Früchte bilden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife rote fleischige Fruchtvorblätter. Plants For A Future beschreibt ausdrücklich ihren Rohverzehr und erwähnt die Nutzung als Nahrung durch indigene Menschen Südkaliforniens, darunter die Cahuilla. Man kann sie frisch in kleinen Mengen essen. Der Geschmack ist zugleich salzig, herb und etwas säuerlich. Bei einer fruchtenden Pflanze werden nur saubere, unversehrte rote Vorblätter ohne Sand genommen.

Junge Blätter werden gelegentlich als essbar genannt. Wegen ihres hohen Salzgehalts und der üblichen Verwendung erst nach dem Auskochen werden sie hier jedoch nicht als verlässliche rohe Nahrung empfohlen. Auch Samen gehören nicht zur Rohkostliste.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Atriplex lentiformis wird ein großer Strauch und bildet nicht diese charakteristischen fleischigen roten rautenförmigen Fruchtgebilde. Atriplex canescens besitzt trockene vierflügelige Früchte statt roter saftiger Strukturen.

Junges Laub verschiedener Salzpflanzen sieht gleichermaßen grau und mehlig aus. Die Bestimmung muss deshalb anhand der Früchte und der gesamten kriechenden Wuchsform erfolgen. Unbekannte Salzpflanzen dürfen nicht allein aufgrund ihres salzigen Geschmacks gegessen werden. In Salzmarschen und an Straßen sind Schwermetalle und andere Schadstoffe möglich.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1003
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Atriplex+semibaccata

Amerikanische Winterkresse — junge pfeffrige Blätter an Bergbächen · Barbarea orthoceras

Barbarea orthoceras

Auf einer feuchten Bergwiese, an einem Bach oder in einem kühlen Waldtal kann man im Frühjahr eine Rosette fester glänzend grüner Blätter sehen. Später erhebt sich daraus ein aufrechter Stängel mit kleinen gelben vierblättrigen Blüten und langen schmalen Schoten. Das ist Barbarea orthoceras, eine heimische Pflanze der westlichen Gebirge Kaliforniens. Sehr junge Blätter lassen sich roh als scharfe kresseartige Beigabe essen, jedoch nicht in großen Mengen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde oder kurzlebige krautige Pflanze, gewöhnlich 20–80 Zentimeter hoch, manchmal höher. Die unteren gestielten Blätter sind leierförmig gefiedert: eine große runde Endfieder und mehrere kleinere seitliche Abschnitte. Die Oberfläche kann glänzen, der Rand ist gezähnt. Stängelblätter werden nach oben hin kleiner und können den Stängel teilweise umfassen.

Die kleinen gelben Blüten haben den für die Kreuzblütler typischen Aufbau: vier kreuzförmig angeordnete Kronblätter, sechs Staubblätter und einen länglichen Fruchtknoten. Nach der Blüte bilden sich gerade schmale, mehrere Zentimeter lange Schoten. Sie sind nach oben oder schräg zur Achse des Blütenstandes gerichtet. Reif werden sie braun und öffnen sich, sodass kleine Samen herausfallen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora hat mehr als tausend Beobachtungen von Barbarea orthoceras in Kalifornien registriert und behandelt die Art als heimisch. Sie wächst auf feuchten Wiesen, an Bergbächen, in lichten Wäldern mit Gelb-Kiefer, Rottanne und Dreh-Kiefer sowie in subalpinen Gebieten. Entlang feuchter Flusstäler kommt sie auch in niedrigeren Höhenlagen vor.

Im Sacramento Valley und auf landwirtschaftlichen Flächen gehören ähnlich aussehende gelbe Kreuzblütler häufig zu anderen Arten. Die Amerikanische Winterkresse darf deshalb nicht als überall verbreitet dargestellt werden. Wasser von Weiden oder Abwassergräben macht das Blattgrün für den Rohverzehr ungeeignet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Schneeschmelze und der Durchfeuchtung im Frühjahr bilden sich weiche bodennahe Blattrosetten. In warmen Niederungen findet man junge Blätter bereits im Frühling, in höheren Gebirgen erst im Frühsommer.

Gelbe Blüten und Schoten erscheinen später, gewöhnlich vom späten Frühjahr bis zum Hochsommer, in hohen Lagen manchmal erst im August. Sobald der Blütenstängel länger wird, werden die Blätter deutlich bitterer und härter. Für den Verzehr eignet sich nur die junge weiche Rosette vor der Blüte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und Rosettenblätter. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Barbarea orthoceras ausdrücklich. North Carolina State University Extension nennt ihren pfeffrigen, kresseartigen Geschmack und empfiehlt maßvollen Gebrauch. Einige frische kleine Blätter können fein geschnitten einem kalten Salat zugesetzt werden.

Das Grün kann scharf und bei empfindlichen Menschen reizend sein. In der Quelle wird außerdem eine mögliche Wirkung auf die Nierenfunktion erwähnt. Große Portionen und regelmäßiger Verzehr werden deshalb nicht empfohlen.

Blütenknospen werden gelegentlich nach dem Kochen gegessen. Für ihren gesonderten Rohverzehr ist der Nachweis weniger eindeutig, deshalb gehören sie nicht zu dieser Liste. Wurzeln und grobe Stängel werden ebenfalls nicht verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Barbarea vulgaris ist eine nahe verwandte, nicht heimische Art mit ähnlichen glänzenden Blättern und gelben Blütenständen. Man kann beide anhand reifer Früchte, Blätter und einer Kombination botanischer Merkmale unterscheiden; bei einer jungen Rosette ist das schwierig. Sisymbrium irio und andere Senfgewächse können ähnliche Blätter tragen, ihre Schoten sind jedoch anders gebaut.

Vier gelbe Kronblätter allein sind kein verlässliches Erkennungsmerkmal: Sie kommen bei Dutzenden Arten vor, von denen nicht alle als Rohkost bestätigt sind. Vor der sicheren Bestimmung einer erwachsenen Pflanze wird unbekanntes Grün nicht probiert.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1057
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Barbarea+orthoceras
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/barbarea-orthoceras/

Gewöhnliche Winterkresse — scharfes Wintergrün und gelbe Blüten · Barbarea vulgaris

Barbarea vulgaris

Auf feuchtem Boden an Wiesen, Bächen und alten Feldern sieht man gelegentlich dichte Rosetten glänzend grüner Blätter. Im Frühjahr wächst aus ihrer Mitte ein aufrechter Stängel mit leuchtend gelben, kreuzförmigen Blüten. Das ist Barbarea vulgaris, die Gewöhnliche Winterkresse, auch Barbarakraut genannt. Junge Blätter können ohne Feuer gegessen werden. Sie schmecken jedoch viel schärfer als gewöhnliches Salatgrün und eignen sich nur als kleine würzige Beigabe.



Barbarea vulgaris mit glänzenden dunkelgrünen Rosettenblättern, gelben Kreuzblüten und schmalen Schoten

AudreyMuratet · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Barbarea vulgaris ist eine zweijährige oder kurzlebige ausdauernde krautige Pflanze, meist 30–80 Zentimeter hoch. Am Grund stehen dunkelgrüne, manchmal glänzende, leierförmig gegliederte Blätter: Eine große runde Endfieder und mehrere kleinere seitliche Blattabschnitte liegen entlang des Blattstiels. Die Blätter am Stängel werden nach oben kleiner und umfassen ihn häufig mit kleinen Öhrchen.

Die kleinen Blüten tragen jeweils vier rein gelbe Kronblätter und stehen in einer endständigen Traube. Nach der Blüte entstehen lange schmale Schoten, die schräg zum Stängel stehen. An den reifenden Schoten erkennt man einen charakteristischen kurzen Schnabel. Die Blattrosette kann während des gesamten kühlen Winters grün bleiben.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt die Art als nicht heimische Pflanze Kaliforniens und nennt vergleichsweise wenige Beobachtungen. Sie gehört nicht zu den häufigsten Senfgewächsen des Bundesstaates. Man findet sie an feuchten Bachstellen und in Auen, auf nassen gestörten Wiesen und an Grabenrändern.

Auch im Sacramento Valley kommen solche Standorte vor; das Vorkommen am konkreten Ort muss jedoch bestätigt werden. Pflanzen aus Abwassergräben und chemisch behandelten Feldern sind für den Rohverzehr ungeeignet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbstregen und im Winter wächst eine neue Blattrosette. In tieferen Lagen sind junge Blätter vor allem im Winter und frühen Frühjahr geeignet. Der Blütenstängel wächst im Frühjahr, später folgen die Schoten.

In kälteren und feuchteren Gegenden bleibt junges Grün länger erhalten, und die Blüte verschiebt sich näher zum Sommer. Ältere Blätter werden nach dem Austreiben des Blütenstängels bitter und zäh.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future nennt für Barbarea vulgaris ausdrücklich ihren Rohverzehr, fein gehackt in Salaten. Sie schmecken brennend scharf, ähnlich Kresse oder Senf. Einige wenige kleine Blätter reichen deshalb aus.

Frisch geöffnete junge Blüten werden im Artenführer ebenfalls als essbare kalte Dekoration für Speisen genannt. Blütenschäfte und Knospen werden dort gewöhnlich erst nach Zubereitung empfohlen und deshalb hier nicht als eigenes rohes Gemüse angeboten. Große alte Blätter und Wurzeln gehören ebenfalls nicht zum Nahrungsteil dieser Beschreibung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Von Brassica rapa unterscheidet sich die Winterkresse durch dunkleres bodennahes Laub mit einer deutlich vergrößerten Endfieder und den Bau der Schoten. Der Wilde Rettich, Raphanus sativus, kann weißliche oder violette Blüten besitzen; seine Schoten sind auffällig gegliedert. Bei Sisymbrium officinale liegen die Schoten eng am Stängel an.

Zur zuverlässigen Unterscheidung betrachtet man gleichzeitig die bodennahe Rosette, die gelbe Blüte und die junge Frucht. Nicht jedes unbekannte Kreuzblütengewächs darf ohne Artbestimmung probiert werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1059
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Barbarea+vulgaris
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Barbarea_vulgaris_1.jpg

Gänseblümchen — kleine Blattrosetten, weiße Blüten und rohe Knospen · Bellis perennis

Bellis perennis

Auf kühlen bewässerten kalifornischen Rasenflächen wachsen manchmal kleine Rosetten rundlicher Blätter. Aus ihrer Mitte steigen kurze Blütenstiele auf, jeder mit einem weißen Blütenköpfchen und einer leuchtend gelben Mitte. Es handelt sich um Bellis perennis, das gewöhnliche europäische Gänseblümchen. Es wird seit Langem in Gärten kultiviert und ist an einzelnen Orten in Kalifornien verwildert. Kleine Blätter, Blütenknospen und Zungenblüten sind als roh essbar bestätigt. Ein städtisches Beet oder eine Rasenfläche kann jedoch chemisch behandelt sein — dieses Risiko ist wichtiger als die botanische Essbarkeit.



Bellis perennis mit bodennaher Blattrosette, kurzen blattlosen Stielen und weißen Blütenköpfchen mit gelber Mitte

Sabina Bajracharya · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Bellis perennis ist eine niedrige ausdauernde Pflanze mit einer bodennahen Blattrosette, die auf feuchtem Boden fast ganzjährig grün bleiben kann. Die Blätter sind oval oder verkehrt eiförmig, verjüngen sich an der Basis zu einem kurzen Stiel und haben gelegentlich einen leicht gewellten oder schwach gezähnten Rand. Sie liegen dicht am Boden.

Aus der Mitte der Rosette wachsen einzelne, meist blattlose Blütenschäfte, wenige bis ungefähr fünfzehn Zentimeter hoch. Jeder trägt an seiner Spitze ein einziges Blütenköpfchen: außen zahlreiche weiße Zungenblüten, häufig mit rosafarbenen Spitzen, innen gelbe Röhrenblüten. In der Dämmerung und bei schlechtem Wetter kann sich das Köpfchen teilweise schließen. Nach der Blüte bilden sich kleine trockene Achänen, keine Beeren.

Nicht jede weiße „Kamille“ ist ein Gänseblümchen. Viele ähnliche Arten besitzen höhere Stängel, stark geteilte Blätter oder anders aufgebaute Blütenköpfchen.



Bellis perennis mit bodennaher Blattrosette, kurzen blattlosen Stielen und weißen Blütenköpfchen mit gelber Mitte

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Bellis perennis als nicht heimische ausdauernde Pflanze Kaliforniens, überwiegend aus Gartenkulturen verwildert. Nachweise gibt es aus San Francisco, Alameda, Marin, Mendocino, Humboldt und Sacramento County, besonders häufig ist die Pflanze jedoch in Gärten und auf bewässerten Rasenflächen.

Anders als ein wild wachsender Wegerich ist sie auf trockenen Hängen des Central Valley keineswegs überall zu erwarten. Auf warmer unbewässerter Erde leidet ihr Grün schnell. Auf einer kühlen feuchten Rasenfläche kann es fast das ganze Jahr erhalten bleiben. In städtischen Parks und privaten Gärten bestehen oft Sammelverbote; außerdem werden Rasenpflegemittel verwendet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima können die Blätter nahezu ununterbrochen grün bleiben. Im Sacramento Valley erscheint besonders angenehmes junges Grün in der kühlen Herbst- und Winterzeit und im Frühjahr, sofern die Fläche bewässert wird.

Die Blüte fällt meist vom frühen Frühjahr bis zum Frühsommer, kann an kühlen Orten aber wiederholt auftreten. Knospen stehen unmittelbar vor dem Öffnen zur Verfügung; die Zungenblüten werden genommen, solange das Blütenköpfchen frisch ist. Nach dem Verblühen entstehen trockene Achänen, die in diesem Atlas nicht als Nahrung verwendet werden. Starke Sommerhitze und Wassermangel verringern die Zahl saftiger Blätter.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr. Sie schmecken etwas herb oder säuerlich, bei manchen Pflanzen recht mild. Einige Blätter können klein geschnitten einem kalten Salat beigefügt werden, ohne die gesamte Rosette auszureißen.

Ungeöffnete Blütenknospen und weiße Zungenblüten. Der Artenführer nennt beide ausdrücklich als rohe essbare Teile. Knospen besitzen einen deutlichen pflanzlichen Geschmack; Zungenblüten sind milder. Die Angabe betrifft ausdrücklich Bellis perennis, nicht pauschal alle dekorativen „Margeriten“.

Wurzeln, reife Samen und harte Blütenschäfte gehören nicht zu den Verfahren ohne Feuer. Für Menschen mit bekannter allergischer Reaktion auf Korbblütler ist neue Pflanzenkost dieser Familie ungeeignet. Auch von Rasenflächen mit Herbiziden oder tierischen Ausscheidungen darf nicht roh gesammelt werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Strahlenlose Kamille Matricaria discoidea besitzt keinen solchen weißen Zungenblütenkranz und verströmt einen anderen Geruch. Die Echte Kamille Matricaria chamomilla hat stark gefiederte Blätter. Bei der Wiesen-Margerite Leucanthemum vulgare sind Stängel und Blütenköpfchen deutlich größer.

Bei Bellis perennis stehen rundliche Blätter in einer bodennahen Rosette, und ein kurzer blattloser Stiel trägt ein einziges Blütenköpfchen. Doppelt gefüllte Gartenformen können rosa oder rötliche Blüten haben und verlangen daher eine zusätzliche sichere Artbestimmung. Eine Pflanze wird nicht gesammelt, wenn man sie nur aufgrund weißer Zungenblüten identifizieren könnte.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1065
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1065
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Bellis+perennis

Mahonie — gelbe Frühlingsblüten und saure blaue Beeren · Berberis aquifolium

Berberis aquifolium

Unter immergrünen Sträuchern an nördlichen Waldrändern fällt eine Pflanze auf, deren Blätter an kleine Stechpalmen erinnern. Im Frühjahr bedecken sie leuchtend gelbe Blütentrauben; danach erscheinen Trauben dunkler Beeren. Die Früchte schmecken sogar reif noch sauer, werden aber seit Langem als Nahrung verwendet.



Berberis aquifolium mit glänzenden stechpalmenartigen Fiederblättern, gelben Blütentrauben und bereiften blauen Beeren

Meggar (original uploader) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein immergrüner Strauch von ungefähr einem bis zwei Metern Höhe. Kräftige Zweige tragen große unpaarig gefiederte Blätter, die aus mehreren glänzenden festen Fiederblättchen bestehen. Am Rand jedes Blättchens stehen einige scharfe dornartige Zähne; junges Laub ist mitunter bronzefarben.

Die gelben Blüten öffnen sich in dichten Trauben an den Zweigenden. Jede einzelne ist klein, doch die ganze Traube ist sehr auffällig. Später wachsen in Gruppen rundliche blau-schwarze Beeren mit wachsartigem Reif heran.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In natürlichen Pflanzengemeinschaften wächst diese Mahonie bevorzugt in lichten Wäldern, an Waldrändern und auf Berghängen des nördlichen Kaliforniens. In der Nähe menschlicher Siedlungen wird sie auch als Zierpflanze gepflanzt. Ein Zierstrauch auf einem Grundstück ist keine wild wachsende frei verfügbare Nahrungsquelle.



Berberis aquifolium mit glänzenden stechpalmenartigen Fiederblättern, gelben Blütentrauben und bereiften blauen Beeren

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im trockenen Flachland von Sacramento sind angepflanzte Exemplare typischer als geschlossene natürliche Bestände.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die leuchtend gelben Blütentrauben öffnen sich gewöhnlich im Frühjahr. An warmen tief gelegenen Standorten werden die Beeren in der zweiten Sommerhälfte dunkel, in kühleren Gegenden kann das erst gegen Herbst geschehen.

Reife Früchte sind dunkel gefärbt und weicher als grüne Beeren. Die immergrünen Fiederblättchen gehören trotz ihres attraktiven Aussehens nicht zur hier beschriebenen Nahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Die Früchte von Berberis aquifolium werden roh gegessen, obwohl sie wesentlich saurer sind als Tafeltrauben. Eine Beerentraube enthält verhältnismäßig viele Samen und wenig saftiges Fruchtfleisch. Die Beeren eignen sich für kleine frische Portionen. Man kann reife Früchte auch kalt mit Wasser zerreiben und die Samen absieben.

Blüten. Plants For A Future nennt auch den Rohverzehr der Blüten. Sie sind eine kleine saisonale Beigabe, keine Hauptnahrung.

Trockene Wurzeln, Rinde und Blätter gehören nicht zur Ernährung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Berberis nervosa besitzt ähnliche gelbe Blüten und blaue Früchte. Die Stechpalmenblättrige Mahonie wird gewöhnlich deutlich höher; ihre Fiederblättchen sind größer und fester.

Bei Berberis pinnata unterscheiden sich Blattgestalt und Strauchform, daher wird die genaue Art anhand eines botanischen Bestimmungsschlüssels bestimmt und nicht allein aufgrund der Beeren. Bei allen diesen Sträuchern darf die Essbarkeit der Früchte nicht auf die bitteren übrigen Pflanzenteile übertragen werden.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Berberis+aquifolium
- https://extension.oregonstate.edu/catalog/sp-50-536-preserving-fruits-wild-berries-fruits
- https://www.calflora.org/

Fremont-Berberitze — saure Früchte eines seltenen Wüstenstrauchs · Berberis fremontii

Berberis fremontii

An steinigen Wüstenhängen Südkaliforniens wächst ein ungewöhnlicher immergrüner Strauch. Seine festen graugrünen Blätter besitzen scharfe Zähne, im Frühjahr öffnet er gelbe Blüten, und gegen Ende der warmen Jahreszeit reifen kleine ovale Beeren. Dies ist die Fremont-Berberitze, auch Wüstenmahonie genannt. Reife Früchte sind als roh essbar bestätigt. In Kalifornien gilt die Art allerdings als selten. In ihren natürlichen Populationen sollten daher überhaupt keine Beeren gesammelt werden.



Berberis fremontii mit kleinen graublauen dornig gezähnten Fiederblättchen, gelben Blüten und dunklen Früchten

Andy Blackledge · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein immergrüner, reich verzweigter Strauch, gewöhnlich ein bis drei Meter hoch, manchmal höher. Die Stängel stehen aufrecht und tragen graue Rinde. Die wechselständigen unpaarig gefiederten Blätter bestehen meist aus fünf bis sieben kleinen, festen Fiederblättchen. Sie sind grau, blaugrün oder graublau und besitzen jeweils mehrere große, scharfe Randzähne.

Im Frühjahr erscheinen kurze Trauben gelber Blüten mit sechs Kronblättern und zahlreichen auffälligen Staubblättern. Später reifen darin kleine länglich-eiförmige beerenartige Früchte, je nach Form braunrot, purpurn oder beinahe dunkel. Sie enthalten vergleichsweise wenig saftiges Fruchtfleisch und mehrere Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora und die California Native Plant Society führen Berberis fremontii unter den seltenen heimischen Pflanzen. Die Nachweise liegen in den östlichen und südlichen Teilen der Mojave-Wüste, im Gebiet um Joshua Tree, in lichten Wacholder-Kiefern-Wäldern und an steinigen Hängen der Peninsular Ranges.

Im Sacramento Valley gehört diese Berberitze nicht zu den gewöhnlichen wild wachsenden Nahrungspflanzen. Einige ihrer Populationen sind klein und Teil geschützter Lebensgemeinschaften. Bei einer Begegnung in der Natur sollte man sich auf Beobachtung und Fotografieren beschränken. Eine Nutzung als Nahrung kommt allenfalls bei rechtmäßig kultivierten und sicher bestimmten Exemplaren in Betracht.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Gelbe Blütentrauben erscheinen im Frühjahr, häufig etwa zwischen April und Juni. Die genauen Termine hängen von Höhe und Niederschlag ab. Kleine Früchte wachsen im Sommer und erhalten ihre endgültige Farbe gegen Ende der warmen Jahreszeit, mitunter im Herbst.

An einem Strauch können grüne unreife und bereits reife purpurfarbene oder braunrote Früchte nebeneinander hängen. Für die Reife betrachtet man nicht nur die Farbe, sondern auch Weichheit und Fruchtstand. In trockenen Jahren ist die Ernte manchmal äußerst gering.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich vollständig reife Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Berberis fremontii. Der Geschmack ähnelt einer sauren Beere mit wenig Fruchtfleisch und vielen Samen. Manche Exemplare tragen saftigere, andere trockenere und stärker saure Früchte.

Theoretisch können die Früchte in kleiner Menge ganz gegessen oder kalt zerdrückt und Haut und Samen ausgesiebt werden, sodass nur sauberes Fruchtfleisch verwendet wird. Aufgrund ihres Schutzstatus dürfen jedoch keine Früchte aus natürlichen kalifornischen Populationen genommen werden.

Blätter, Wurzeln und Rinde von Berberitzen enthalten wirksame Alkaloide und gehören hier nicht zur Rohkost.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Berberis haematocarpa besitzt schmalere Fiederblättchen und meist rote, saftige Früchte. In südlichen Wüsten können beide Arten sehr ähnlich aussehen. Berberis higginsiae ist ein seltener verwandter Strauch; Calflora warnt vor der Verwendung aller seiner Teile.

Zur Unterscheidung müssen Länge und Form der einzelnen Fiederblättchen, die Farbe reifer Früchte, die Blütentrauben und der Standort geprüft werden. Eine giftige oder seltene Berberitze darf nicht allein wegen ihrer Gattungszugehörigkeit als essbar betrachtet werden. Die scharfen Blattzähne können außerdem die Finger verletzen.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Berberis+fremontii
- https://www.theodorepayne.org/nativeplantdatabase/index.php?title=Berberis_fremontii
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140

Niedrige Mahonie — saure dunkle Beeren im Nadelwald · Berberis nervosa

Berberis nervosa

In feuchten Nadelwäldern Nordkaliforniens wachsen niedrige Sträucher mit festen glänzenden Blättern auf dem Waldboden. Im Frühjahr erscheinen über ihnen gelbe Blüten und im Sommer kleine blauschwarze Beeren mit ausgeprägt saurem Geschmack. Das ist die Niedrige Mahonie, auch unter dem Namen Berberis nervosa bekannt.



Berberis nervosa mit niedrigem Wuchs, glänzenden dornig gezähnten Fiederblättern und blauschwarzen Beeren

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Strauch wird gewöhnlich nicht höher als 30–60 Zentimeter und wächst häufig in Gruppen. Die Laubblätter sind zusammengesetzt; jedes besteht aus mehreren ledrigen Fiederblättchen, deren Rand scharfe, dornige Zähne trägt. Die mittlere Blattachse ist lang. Die seitlichen Blattadern sind auffällig und bilden ein reliefartiges Netz. Junge Blätter sind heller als alte.

Die kleinen gelben Blüten stehen in verlängerten, aufrechten Trauben, die über das Laub hinausragen. Reife Beeren sind rund, blauschwarz, gelegentlich mit bläulichem Reif und meist etwa acht Millimeter groß.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art wächst im Unterwuchs feuchter Nadelwälder, zwischen Redwoods, Douglasien und anderen Bäumen im nördlichen Teil Kaliforniens. An geeigneten Stellen bildet sie auffällige Gruppen. Im heißen offenen Sacramento Valley kommt sie in natürlichen Lebensräumen dagegen fast nicht vor.

In trockenen Jahren kann die Fruchtmenge an den schattigen Sträuchern gering sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Hauptwachstumszeit neuer Triebe liegt im kühlen feuchten Frühjahr. Die Blüte fällt ins Frühjahr. Die Beeren werden gewöhnlich im Sommer dunkel, häufiger zwischen Juli und September. Im kühlen Küstenstreifen kann sich die Reife verschieben.

Die immergrünen Blätter stehen ganzjährig zur Verfügung, sind aber keine empfohlene rohe Nahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Ein Artenführer nennt für Mahonia nervosa ausdrücklich Früchte, die roh gegessen werden können. Sie enthalten wenig Fruchtfleisch und vergleichsweise viele Samen. Der Geschmack ist sauer und manchmal herb. In der traditionellen Küche kombinierte man saure Beeren mit süßeren Früchten. Dafür ist keine Erhitzung nötig.

Das rohe Grün dieses Strauches sollte nicht gegessen werden. Die gefundene Beschreibung einer Nutzung der Blätter als Nahrung setzt Kochen voraus, keinen frischen Salat.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die höhere Berberis aquifolium bildet große aufrechte Sträucher und größere Blätter. Berberis repens wächst niedriger und kriechender und ist meist mit trockeneren Berglebensräumen verbunden.

Ähnliche Blätter gibt es bei Stechpalmen, doch deren Blütenbau unterscheidet sich und sie tragen rote Früchte. Beeren werden nur gegessen, wenn die blühende oder fruchtende Pflanze zweifelsfrei erkannt wurde.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mahonia+nervosa
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5422
- https://www.wsdot.wa.gov/publications/manuals/fulltext/M3120/ECR.pdf

Kalifornische Mahonie – glänzende stachelige Blätter und blaue Beeren · Berberis pinnata

Berberis pinnata

Unter Eichen in manchen kalifornischen Wäldern wächst ein niedriger immergrüner Strauch mit festen, auffällig gegliederten Blättern. Während der Blüte fällt er sofort ins Auge: Gelbe Blütentrauben heben sich vom dunklen Laub ab, und im Sommer folgen blaue Früchte. Es handelt sich um die heimische Kalifornische Mahonie, eine Verwandte der Oregon-Grape-Mahonien.



Berberis pinnata mit glänzenden dornig gezähnten Fiederblättern und blauschwarzen reifen Früchten

Franco Folini · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Strauch kann ungefähr anderthalb Meter hoch werden, wächst an Hängen aber auch niedrig und weit ausladend. Seine Blätter sind zusammengesetzt und bestehen aus mehreren großen glänzenden Fiederblättchen, deren Ränder feste, spitz zulaufende Zähne tragen. Die Blättchen können gewellt sein. Frischer Austrieb besitzt häufig einen rötlichen Schimmer.

Die dichten Blütenstände bestehen aus vielen kleinen gelben Blüten. Die Früchte sind rund und bei vollständiger Reife blauschwarz. In ihren Trauben sehen sie wie winzige saure Weinbeeren aus.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art kommt im westlichen Kalifornien vor: in den Küstengebirgen, Eichenwäldern und im Chaparral, auf steinigen Hängen und an Waldrändern. Nachweise bestehen an der mittleren und südlichen Küste sowie in einzelnen Bergen nahe Los Angeles. Nicht in jedem Stadtviertel von Sacramento ist dieser Strauch zu erwarten. Er benötigt passende natürliche Pflanzengemeinschaften.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima kann die Blüte bereits gegen Ende des Winters beginnen und sich über das Frühjahr erstrecken. Nach der Blüte entstehen die dunklen Früchte, die gewöhnlich im Sommer reifen. Je nach Höhenlage, Niederschlag und Ausrichtung des Hangs verschieben sich diese Zeiträume. Anfangs grüne Früchte sind noch keine geeignete Nahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Die Theodore Payne Foundation bestätigt ausdrücklich die Essbarkeit der blauen Beeren der Kalifornischen Mahonie. Sie schmecken sauer und enthalten Samen. Für den Rohverzehr werden ausschließlich weiche, ganz ausgereifte Früchte in kleinen Portionen genommen. Die Blätter dürfen nicht wie gewöhnliches Salatgrün behandelt werden.

Immergrüne Zweige und auffällig gefärbte Wurzeln enthalten andere Stoffe. Aus der Essbarkeit der Früchte kann deshalb nicht auf die übrigen Pflanzenteile geschlossen werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Berberis aquifolium ähnelt in Blüten- und Fruchtfarbe, bildet aber gewöhnlich höhere, aufrechte Sträucher. Berberis nervosa bleibt niedriger und wächst vorwiegend in feuchten Nadelwäldern des Nordens. Manche heimischen Berberitzen sind wegen ihrer Veränderlichkeit und verwandter Unterarten schwer zu bestimmen. Neben der Blattform müssen deshalb der Standort, die Blütentraube und die reifen Früchte verglichen werden.

QUELLEN

- https://theodorepayne.org/nativeplantdatabase/index.php?title=Berberis_pinnata_ssp._pinnata
- https://www.calflora.org/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mahonia+pinnata

Kriechende Mahonie – niedrige Bergsträucher mit blauvioletten Beeren · Berberis repens

Berberis repens

Auf eher trockenen Waldhängen im Nordosten Kaliforniens breiten sich gelegentlich niedrige Gruppen glänzender Blätter aus. Im Frühjahr ragen gelbe Blütentrauben darüber hinaus; im Sommer reifen kleine blaue Beeren. Anders als höhere Mahonien wirkt diese Art fast an den Boden gedrückt.



Berberis repens als niedriger kriechender immergrüner Strauch mit gelben Blüten und blauvioletten Beeren

Stephen Lea (Seglea) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der immergrüne Strauch ist meist nur etwa 20–40 Zentimeter hoch, wächst durch kriechende Triebe aber erheblich in die Breite. Die Blätter sind zusammengesetzt und bestehen aus mehreren festen Fiederblättchen mit stacheligen Randzähnen. In der kühlen Jahreszeit können sie sich rot oder bronzefarben färben.

Die gelben Blüten stehen in kleinen Gruppen auf Stielen über der Blattrosette. Die Früchte bleiben klein, werden blauviolett und sind gewöhnlich von einem wachsartigen Reif überzogen. Im Inneren befinden sich Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In Kalifornien sucht man diese Berberitze vor allem in nordöstlichen und gebirgigen Landesteilen mit eher trockenen Kiefern- und Mischwäldern. Sie bevorzugt offene Waldhänge und teilweise beschattete Plätze. Im Sacramento Valley ist der niedrige Strauch keine überall vorkommende wilde Beerenpflanze.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüten öffnen sich im Frühjahr, an hoch gelegenen Hängen manchmal erst gegen Sommer. Die Beeren werden von der zweiten Sommerhälfte bis zum Frühherbst allmählich dunkel. Immergrünes Laub bedeutet nicht, dass das ganze Jahr Früchte vorhanden sind: Nach dem Abfallen der Ernte endet die Nahrungssaison.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Plants For A Future bestätigt für diese Art eigens ihren Rohverzehr. Die Früchte sind sauer, manchmal herb, enthalten Samen und besitzen vergleichsweise wenig Fruchtfleisch. Sie können in kleinen Mengen frisch gegessen oder ohne Erhitzen zerdrückt werden, wobei man die festen Teile entfernt.

Auch natürliches Trocknen reifer Beeren ist als Aufbewahrungsmethode beschrieben. Wurzeln, Rinde und Stängel sind keine Nahrung. Wegen des Alkaloids Berberin ist die Trennung der essbaren Frucht von den anderen Pflanzenteilen besonders wichtig.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Von Berberis aquifolium unterscheidet sich die Kriechende Mahonie durch den niedrigen Wuchs, von Berberis nervosa durch ihren im Durchschnitt trockeneren, stärker berggeprägten Lebensraum. Andere immergrüne Pflanzen mit festen Blättern können ähnlich aussehen. Für die richtige Bestimmung braucht man die gelben Blütentrauben und den charakteristischen Fruchtstand. Die blauviolette Fruchtfarbe allein reicht nicht.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mahonia+repens
- https://www.calflora.org/

Meer-Rübe – zarte Frühlingsblätter salzhaltiger Küsten · Beta vulgaris subsp. maritima

Beta vulgaris subsp. maritima

An einem niedrigen Abschnitt der Pazifikküste wächst zwischen Kies, Sand und Küstengräsern gelegentlich eine kleine Rübenpflanze, die kaum an die große Rote Bete aus dem Garten erinnert. Sie besitzt breite glänzende Blätter an saftigen Stielen. Später erscheinen über der Rosette unscheinbare grünliche Blüten. Das ist die Meer-Rübe, eine wild wachsende Verwandte von Roter Bete und Mangold. Ihre jüngsten Blätter kann man ohne Erhitzen essen, doch wegen der Oxalate und Salze sind große Portionen unerwünscht.



Beta vulgaris subsp. maritima mit glänzenden breiten Blättern und saftigen Blattstielen zwischen Küstengräsern

Colsu · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde, manchmal zweijährige krautige Pflanze mit verdickter Hauptwurzel, aus der mehrere grüne Triebe hervorgehen. Die Blätter stehen überwiegend am Grund; sie sind oval, breit lanzettlich oder dreieckig, ganzrandig und glatt, mit einer deutlich sichtbaren Mittelader. Die Blattstiele sind lang, manchmal rötlich; das Gewebe ist saftig und fest.

In der warmen Jahreszeit bildet die Pflanze gerippte Blütenstängel, die einen Meter erreichen können. Entlang ihrer Verzweigungen sitzen Gruppen kleiner grüner Blüten ohne auffällige Kronblätter in den Achseln der Tragblätter. Jede Blüte besitzt fünf grünliche Blütenhüllabschnitte. Die Fruchtknäuel werden trocken und hart; darin liegen mehrere kleine Samen. Die Meer-Rübe besitzt normalerweise keine große rote, knollenartige Speicherwurzel wie eine Gartenrübe.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Beta vulgaris subsp. maritima als nicht heimische Pflanze, die außerhalb des Anbaus hauptsächlich an der Küste Süd- und Mittelkaliforniens wächst. Fundorte sind unter anderem die Countys San Diego, Orange, Los Angeles, Santa Barbara, San Luis Obispo, Alameda und Solano.



Beta vulgaris subsp. maritima mit glänzenden breiten Blättern und saftigen Blattstielen zwischen Küstengräsern

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Pflanze kann offene Küstenhänge und gestörte versalzte Stellen besiedeln. Sie ist weder ein gewöhnliches Wildgemüse in der Sierra Nevada noch in den flachen Teilen des Sacramento Valley. Meerwasser, Abwässer und Verschmutzungen an Hafengeländen können den Rohverzehr der Blätter selbst bei sicherer Artbestimmung unsicher machen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen und bei mäßiger Temperatur erscheint das weichste Blattgrün. An der Küste sind zarte Blätter im Spätwinter und Frühjahr verfügbar, in geschützten kühlen Bereichen mitunter auch im Sommer. Mit dem Wachsen des Blütenstängels werden die Blätter gröber und schmecken salziger und bitterer.

Die unscheinbaren grünen Blüten und später die reifenden Fruchtknäuel erscheinen meist im Sommer und Herbst. Für frische Nahrung zählt das junge Blattstadium, nicht die Samenreife.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr für Beta vulgaris subsp. maritima. Die weichen Blätter können gründlich mit frischem Trinkwasser gewaschen, klein geschnitten und einem kalten Salat beigefügt werden. Ihr Geschmack erinnert an Spinat mit einer salzigen Note; ältere Blätter können bitter schmecken.

Wie bei der kultivierten Rübe enthält das Blattgrün Oxalate. Deshalb sind nur kleine Mengen vernünftig, besonders bei Menschen, die zu Oxalat-Nierensteinen neigen. Die Wurzel dieser Küstenform gleicht nicht der saftigen Gartenrübe; Samen und alte Blütenstängel gehören nicht zur Rohkost.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die kultivierte Beta vulgaris subsp. vulgaris wurde über lange Zeit züchterisch verändert und besitzt häufig eine verdickte essbare Speicherwurzel. Nach den Blättern können sich beide Formen jedoch stark ähneln.

Neuseeländischer Spinat, Tetragonia tetragonoides, hat kriechende saftige Triebe, gelbliche Blüten in den Blattachseln und kantige Früchte statt verzweigter Rüben-Blütenstände. Einige Melden der Gattung Atriplex besitzen mehlige silbrige Blätter und andere Fruchtvorblätter. Ähnliches Grün an einer salzigen Küste ist kein Beleg für Essbarkeit. Auch Blütenstängel und reife Samenknäuel müssen zur Bestimmung betrachtet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11374
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Beta+vulgaris+maritima

Sareptasenf – pfeffrige junge Blätter und gelbe Blüten · Brassica juncea

Brassica juncea

Unter dem bunten Frühjahrsgrün auf gestörtem Boden wachsen manchmal Senfpflanzen mit breiten unteren Blättern. Wenn sie blühen, erheben sich kleine gelbe, kreuzförmige Blüten über dem Laub. Junge Blätter des Sareptasenfs werden roh gegessen. Die Pflanze besitzt jedoch viele nahe Verwandte, die anhand des gesamten Triebes und der Früchte unterschieden werden müssen.



Brassica juncea mit breiten gelappten Blättern, kleinen gelben Kreuzblüten und schmalen Schoten

Petr Pakandl · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze wächst einjährig oder gelegentlich zweijährig. Die unteren, gestielten Blätter sind häufig breit, mit einem abgerundeten großen Endabschnitt und kleineren Seitenlappen. Ihre Ränder sind gezähnt oder ungleichmäßig gewellt. Die oberen Blätter am Blütenstängel sind kleiner und schmaler, manchmal nahezu ganzrandig. Blätter und Stängel sind grün und häufig leicht wachsartig überzogen.

Jede Blüte besitzt vier kreuzförmig angeordnete gelbe Kronblätter. Die Blüten stehen in endständigen Trauben. Während der Entwicklung verlängert sich der Blütenstand; darunter entstehen schmale längliche Schoten mit runden Samen. Die Blattgestalt variiert zwischen den Kultursorten. Eine einzelne große Rosette ermöglicht daher keine sichere Artbestimmung.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Brassica juncea ist ein nicht heimisches Senfgewächs, das in Kalifornien auf gestörten Flächen vorkommt: an alten Gemüsebeeten, Brachen, Feldrändern und in zufälligen Pflanzungen. Calflora verzeichnet die Art auch für Sacramento County.

Gemessen an der Zahl der Beobachtungen ist sie jedoch viel weniger verbreitet als Schwarzer Senf, Brassica nigra, der im Frühjahr ganze Hänge gelb färben kann.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima beginnt das junge Wachstum in der kühlen Jahreszeit, häufig im Winter nach Regenfällen. Die zarten Blätter schmecken am besten, bevor sich der Blütenstängel verlängert. Im Frühjahr und Frühsommer folgen Blüten und Schoten. Hitze beschleunigt die Alterung der Blätter und verstärkt ihre Schärfe.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. North Carolina State Extension bestätigt ausdrücklich ihre Verwendung roh in Salaten. Der Geschmack ist würzig und senfartig, gelegentlich brennend scharf. Einige wenige Blätter zusammen mit anderem Grün genügen gewöhnlich.

Blüten und zarte Teile junger Triebe. Sie werden in derselben Quelle als roh essbar beschrieben. Die Blüten sind milder pfeffrig; saftige junge Triebspitzen können gegessen werden, solange sie noch nicht grob geworden sind. Reife lange Stängel sind kein zartes Salatgrün.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Schwarzer Senf, Brassica nigra, wird häufig höher; seine reifen Schoten stehen anders. Brassica rapa trägt ebenfalls gelbe vierblättrige Blüten, aber ihre oberen Blätter umfassen den Stängel oft stärker. Raphanus sativus unterscheidet sich durch die Früchte und mehrere Blütenmerkmale. Die gelbe Farbe allein bestimmt die Art nicht.

Brassica juncea kann Metalle aus belastetem Boden anreichern und wird daher für die Phytoremediation untersucht. Blätter von Straßenrändern, ehemaligen Industrieflächen und behandelten Feldern dürfen deshalb nicht als sichere Nahrung angesehen werden.

QUELLEN

- NC State Extension, Brassica juncea: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-juncea/
- Calflora, Brassica juncea: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1142

- Missouri Botanical Garden, Brassica juncea: https://plantfinder.mobot.org/PlantFinderDetails.aspx?ht=2&isprofile=0&st=2&taxonid=278099

Raps – zarte blaugraue Blätter unter gelben Blütentrauben · Brassica napus

Brassica napus

Im Frühjahr stehen auf einem gestörten Feld gelegentlich hohe blaugrüne Stängel mit großen Gruppen gelber Blüten. An der Basis wachsen breite gelappte Blätter, während die oberen Blätter den Stängel teilweise umfassen. Das ist Raps, der wegen seines Öls angebaut wird und manchmal außerhalb kalifornischer Felder verwildert. Der Rohverzehr junger Blätter ist bestätigt; reife Samen eignen sich dagegen ohne Verarbeitung nicht als Nahrung für unterwegs.



Brassica napus mit blaugrün bereiften Blättern, gelben Blütentrauben und langen schrägen Schoten

Michael Brandtner (Discostu) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige oder zweijährige krautige Pflanze, gewöhnlich 60 Zentimeter bis anderthalb Meter hoch, mitunter höher. Der Stängel ist aufrecht, glatt, oben verzweigt und blaugrau bereift. Die unteren Blätter sind groß, länglich-oval und häufig leierförmig gelappt: mehrere kleine Seitenabschnitte und ein großer Endlappen. Die oberen Blätter sind schmaler, glatt und umfassen den Stängel teilweise mit ihrer Basis.

Die hell- bis leuchtend gelben Blüten besitzen je vier Kronblätter und stehen in verlängerten endständigen Trauben. Die Knospen befinden sich häufig oberhalb der bereits offenen Blüten. Nach der Blüte entstehen lange, dünne, schräg nach oben gerichtete Schoten mit kleinen runden dunklen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Brassica napus als nicht heimische, verwilderte oder aus Anbauflächen entkommene Art mit einigen Dutzend kalifornischen Beobachtungen. Sie erscheint häufiger neben Feldern, Straßen, Gemüsebeeten und Stellen, an denen Saatgut umgeladen wurde, als in einem alten natürlichen Wald.

Nicht jede gelb blühende Senfpflanze an einem Hang ist Raps. Im Central Valley kommen Schwarzer Senf (Brassica nigra), Hirschfeldia incana und Sinapis arvensis häufig vor. Rapsfelder werden gewöhnlich mit Agrarchemikalien behandelt. Ohne Kenntnis der Behandlung dürfen davon keine Blätter roh gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen oder der Erwärmung im Frühjahr erscheinen junge Blätter. In milden Tälern sind sie im Winter und frühen Frühjahr besonders zart, bevor die Pflanze ihre Energie in Blütenstängel investiert.

Die Blüte beginnt im Frühjahr oder Frühsommer, in kühleren Gebieten auch später. Nach der Bildung zahlreicher Schoten wird das Laub grob und die Pflanze trocknet zunehmend aus. Für den Verzehr wählt man ausschließlich ganz junge Blätter einer sicher bestimmten Pflanze, nicht einen ausgewachsenen Blütenstängel oder trockene Schoten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Brassica napus. Die Blätter können klein geschnitten einer kalten Gemüsemahlzeit beigegeben werden. Sie schmecken etwas nach Kohl, manchmal scharf oder bitter, besonders nach der Verlängerung des Blütenstängels. Eine kleine Portion ist gewöhnlich angenehmer als viel grobes altes Grün.

Blütenstängel werden im Artenführer überwiegend als zubereitete Nahrung beschrieben und gehören deshalb nicht zur Rohkostliste. Reife Samen werden oft industriell zu Öl verarbeitet. Verschiedene Rapssorten unterscheiden sich im Gehalt an Erucasäure und Glucosinolaten. Rohe Samen einer unbekannten verwilderten Pflanze werden hier daher nicht empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Bei Brassica rapa umfassen die oberen Blätter den Stängel häufig stärker; ihre Knospen können unterhalb der geöffneten Blüten liegen. Raps besitzt blaugrauere, glattere Blätter; seine Knospen stehen gewöhnlich oberhalb der offenen Blüten.

Brassica juncea unterscheidet sich durch grüneres Laub und die Gestalt der endständigen Blütentrauben. Hirschfeldia incana trägt schmalere Schoten und häufig rauere untere Blätter. Gelbe Kreuzblütler lassen sich leicht verwechseln. Entscheidend sind die oberen Blätter, die Position der Knospen und die reifen Schoten, nicht eine einzelne gelbe Blüte.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1143
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Brassica+napus
- https://inspection.canada.ca/en/plant-health/seeds/seed-inspection-procedures/swi-142-1-2-4

Schwarzer Senf – gelbe Frühjahrsbestände und scharfe junge Blätter · Brassica nigra

Brassica nigra

Im Frühjahr erheben sich an kalifornischen Hängen und auf Brachen ganze Felder hoher gelber Blüten. Unter den verschiedenen Kreuzblütlern fällt dort besonders der Schwarze Senf, Brassica nigra, auf: eine eingeschleppte einjährige Pflanze, die örtlich natürliche Vegetation verdrängt. Ihre jungen Blätter können als scharfes rohes Grün dienen. Die Pflanze enthält jedoch schwefelhaltige Verbindungen und eignet sich deshalb nur als kleine Beigabe, nicht als Grundlage großer täglicher Mahlzeiten.



Brassica nigra mit hohen verzweigten Stängeln, gelben Blütentrauben und kurzen anliegenden Schoten

Magnus Manske · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Schwarzer Senf beginnt als Rosette etwas rauer grüner Blätter. Später wächst daraus ein aufrechter verzweigter Stängel. Auf gutem Boden wird die Pflanze höher als ein Mensch, gewöhnlich erreicht sie ungefähr ein bis zwei Meter. Der untere Stängelabschnitt ist oft behaart; weiter oben verzweigt er sich zu zahlreichen blühenden Spitzen.

Die unteren Blätter sind ziemlich groß, manchmal handlang, rau und tief gelappt. Der große abgerundete Endlappen besitzt oft einen leicht gezähnten Rand; die seitlichen Lappen sind kleiner. Weiter oben werden die Blätter einfacher und schmaler und sitzen häufig ohne deutlichen Blattstiel.

Jede leuchtend gelbe Blüte trägt vier kreuzförmig angeordnete Kronblätter. Sie stehen in verlängerten Blütentrauben. Unterhalb der Blüten wachsen schmale Schoten. Besonders hilfreich für die Bestimmung sind die reifen Früchte: Sie sind recht kurz, meist etwa ein bis zwei Zentimeter lang, und liegen eng

aufwärts an der Achse des Blütenstandes. An ihrer Spitze sitzt ein dünner Schnabel. Im Inneren reifen kleine dunkle Samen.



Brassica nigra mit hohen verzweigten Stängeln, gelben Blütentrauben und kurzen anliegenden Schoten

Magnus Manske · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Brassica nigra ist seit Langem in Kalifornien eingebürgert. Besonders häufig wächst sie auf gestörten Flächen: an Straßen, Feldrändern, grasbewachsenen Hängen, alten Weiden und nahe Weinbergen. Der California Invasive Plant Council zählt die Art zu den invasiven Pflanzen, die Pflanzengemeinschaften verändern können.

In Küstengebieten und Südkalifornien gehören dichte gelbe Senffelder vielerorts zum Frühlingsbild. Auch im Central Valley wächst die Art auf geeigneten offenen Flächen. Die Bestandsgröße hängt stark vom Winterregen ab: Nach trockenen Wintern gibt es weniger Pflanzen, nach nassen Wintern können sie weite Areale bedecken. Zu Beginn des Sommers vertrocknen die Stängel und bilden leicht brennbares Pflanzenmaterial. In allen Gebirgs- und Wüstenregionen ist die Art keineswegs gleich häufig.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbst- und Winterregen keimen die Samen und bilden weiche Blattrosetten. In warmen tieferen Gebieten Kaliforniens ist dies die Hauptzeit junger Blätter, besonders von Dezember bis März. In kühlen Vorgebirgen kann der Austrieb später beginnen.

Im Frühjahr, ungefähr von März bis Mai, wächst die Pflanze in die Höhe und blüht. An den oberen Trieben erscheinen weiterhin kleinere junge Blätter. Die Blüte kann je nach Standort bis in den Sommer dauern.

Anschließend bilden sich grüne, später trockene Schoten. Die Samen reifen im Frühjahr und Sommer, abhängig von Höhe, Feuchtigkeit und Temperatur. In heißen Niederungen sind viele Bestände im Juni oder Juli bereits trocken und besitzen fast kein zartes Grün mehr.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. North Carolina State University Extension bestätigt ausdrücklich, dass die Blätter von Brassica nigra essbar sind und roh in einem Salat verwendet werden können. Solange sie klein und weich sind, schmecken sie deutlich scharf nach Senf. Ältere untere Blätter werden grob und zäh. Deshalb werden ausschließlich junge Blattteile sicher bestimmter Pflanzen verwendet.

Samen als kalte Würze. Reife Samen des Schwarzen Senfs sind als Grundlage einer scharfen Würzpaste bekannt. Man kann sie ohne Erhitzen zerreiben und mit wenig kaltem Wasser vermischen. Das ergibt einen kräftigen Senfgeschmack. Es handelt sich ausdrücklich um ein Gewürz und nicht um Samen, die in großen Handvoll verzehrt werden. NC State Extension bestätigt die Verwendung gemahlener Samen dieser Art als Nahrung.

Frische Blüten und junge Stängel werden in Artenführern ebenfalls als essbar genannt. Eine ebenso eindeutige eigenständige Bestätigung ihrer rohen Verwendung fehlt jedoch in den hier zugrunde gelegten Quellen; deshalb gehören sie nicht zur praktischen Rohkostliste. Wurzeln werden ohne gesonderte Prüfung der Art ebenfalls nicht angeboten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wachsen zahlreiche gelb blühende Kreuzblütler, darunter Brassica rapa und Hirschfeldia incana. Die vier gelben Kronblätter sind der ganzen Gruppe gemeinsam und bestimmen allein noch keine Art. Beim Schwarzen Senf sind die reifen Schoten meist kurz und eng an die Blütenstandsachse gedrückt; bei anderen Arten sind sie länger oder stehen stärker ab. Eine junge Blattrosette ohne Fruchtmerkmale lässt sich besonders schwer sicher zuordnen. Die Nahrungsauswahl darf deshalb nicht allein auf einem jungen Blatt beruhen.

UC IPM warnt, dass Wurzeln, Blätter und vor allem Samen der Senfgewächse Verbindungen enthalten, die in großen Mengen die Verdauung reizen können. Deshalb sollte man dieses scharfe rohe Grün weder in großen Portionen noch jeden Tag als einziges Gemüse essen und konzentrierte Würzpaste nicht löffelweise verwenden. Felder und Straßen werden häufig chemisch behandelt. Selbst essbare Pflanzen eignen sich von solchen Flächen nicht für die rohe Ernte.

QUELLEN

California Invasive Plant Council — Brassica nigra, Verbreitung und Invasivität: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/brassica-nigra-profile/ University of California IPM — Senfgewächse, Erkennungsmerkmale und mengenabhängige Risiken: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/mustards/ California Coastal Commission — Schwarzer Senf, Blätter, Schoten und Verbreitung: https://www.coastal.ca.gov/publiced/unbweb/plants/blackmustard.html North Carolina State University Extension — Brassica nigra, junge rohe Blätter und Gewürzsamen: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-nigra/common-name/black-mustard/

Gemüsekohl – junge Blätter alter Kulturen roh · Brassica oleracea

Brassica oleracea

An einem verlassenen Gemüsegarten bleibt manchmal eine große grüne Rosette mit festen blaugrünen Blättern erhalten. Übersteht die Pflanze die Erntezeit, wächst im folgenden Jahr aus ihrer Mitte ein hoher Blütenstängel mit gelben Blüten und trockenen Schoten. Es handelt sich um Gemüsekohl, die Art, zu der Kopfkohl, Grünkohl, Brokkoli und zahlreiche andere Kulturformen gehören. Zarte Blätter sind ohne Feuer essbar. Eine gefundene Pflanze muss jedoch von ähnlich aussehenden Kreuzblütlern unterschieden werden.



Brassica oleracea mit fleischigen blaugrünen Blättern und später gelben vierblättrigen Blüten

Kurt Kulac (Kulac) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Gewöhnlich ist es eine zweijährige oder kurzlebig ausdauernde Pflanze mit dickem Stängel und fleischigen blaugrünen Blättern. Je nach Kulturform unterscheiden sie sich erheblich. Manche Sorten bilden einen festen Kopf, andere eine lockere Rosette breiter glatter oder krauser Blätter, wieder andere kräftige Blütentriebe.

Typische Blätter stehen wechselständig, sind dick und mit einem wachsartigen Belag überzogen. Sie besitzen eine stärkere Mittelrippe und einen leicht gewellten, gezähnten oder gelappten Rand. Zur Blütezeit erscheint ein aufrechter verzweigter Stängel mit Trauben vierblättriger gelber Blüten. Daraus entstehen lange schmale Schoten mit kleinen runden dunklen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Brassica oleracea als nicht heimische Kulturpflanze mit nur einigen Dutzend Funden außerhalb gewöhnlicher Gemüsebeete auf, darunter in Sacramento und Yolo sowie in Küsten-Countys. Verwildert ist die Art im Vergleich zu häufigen gelb blühenden Senfgewächsen selten.



Brassica oleracea mit fleischigen blaugrünen Blättern und später gelben vierblättrigen Blüten

Elena Chochkova (Eola) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Selbstaussaat kann aus weggeworfenen Pflanzen entstehen; nahe alten Gemüsegärten überdauern gelegentlich mehrjährige Kohlsorten. Auf gewerblichen Anbauflächen werden häufig Insektizide eingesetzt, auf städtischen Rasenflächen Herbizide. Solches Grün wird für rohen Verzehr nicht gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Als Pflanzen der kühlen Jahreszeit bilden Kohlgewächse in Herbst- und Wintermonaten sowie im Frühjahr frische Blätter, sofern genügend Wasser vorhanden ist. Im heißen Sommer des Sacramento Valley können die Blätter bitter und grob werden.

In der zweiten Vegetationsperiode entwickelt sich bei Wärme und langen Tagen ein hoher Blütenschaft mit gelben Blütentrauben; gegen Ende des Frühjahrs und im Sommer reifen Schoten. Die beste Zeit für frisches Grün ist die junge Rosette oder ein weicher Neuaustrieb einer sicher erkannten Blattform, bevor die Blattrippen faserig werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Brassica oleracea. Kleine weiche Blätter können gewaschen, von ihrer groben Mittelrippe befreit, fein geschnitten und als Teil einer kalten Gemüsemahlzeit gegessen werden. Manche Kulturformen schmecken etwas süß, andere schärfer nach Senf, insbesondere nach der Bildung des Blütenstängels.

Grobes ausgewachsenes Blattgrün kann roh schwer verdaulich sein. Große Portionen sind daher nicht erwünscht. Die Blütenköpfe des Brokkolis gehören zu Kulturformen derselben Art. In diesem Artikel werden sie aber nicht automatisch als eigene Nahrung für irgendeine verwilderte Pflanze ausgegeben: Am verlässlichsten sind die bestätigten jungen Blätter. Reife Schoten und Samen gehören nicht zur Rohkostliste.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Brassica rapa besitzt häufig weichere grüne Blätter und einen weniger dichten Wachsbelag. Brassica napus bildet hohe blaugraue Triebe; seine oberen Blätter und Knospen sind anders gebaut. Große Kultursorten können so stark verändert sein, dass eine einzelne Rosette keine Artbestimmung zulässt.

Bei wilden Senfarten der Gattungen Sinapis und Hirschfeldia sind die Blätter häufig behaart und stärker gelappt. Ähnliches Grün vom Straßenrand darf nicht allein deshalb gegessen werden, weil es nach Kohl riecht: Die erwachsene Pflanze, ihre Blüten und Schoten müssen geprüft werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9040
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Brassica_oleracea

Rübsen – frühes Blattgrün und gelbe Frühlingsblüten · Brassica rapa

Brassica rapa

Nach den Winterregen erscheinen auf kalifornischen Feldern Rosetten hellgrüner Blätter. Im Frühjahr wachsen darüber gelb blühende Stängel, die oft große Flecken zwischen den Gräsern bilden. So sieht Brassica rapa aus, eine eingeschleppte Verwandte von Speiserüben, Blattkohl und anderen Gemüsearten. Ihre zarten Blätter werden roh gegessen. Gerade die wild wachsende Art lässt sich jedoch schwerer bestimmen, als die gelbe Blütenfarbe vermuten lässt: Kalifornien beherbergt viele ähnliche Senfgewächse.



Brassica rapa mit hellgrüner Blattrosette, gelben vierblättrigen Blüten und langen zylindrischen Schoten

TeunSpaans · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Feldsenf entwickelt sich meist als einjährige Pflanze der kühlen Jahreszeit. Zuerst bildet sich bodennah eine Blattrosette. Die unteren Blätter sind groß und besitzen einen vergrößerten Endlappen und kleinere seitliche Lappen; der Rand ist ungleichmäßig oder gezähnt. Ein Blattstiel kann deutlich ausgeprägt sein, das Blatt manchmal behaart. Weiter oben wachsen kleinere Blätter, die den Stängel mit ihrer Basis umfassen.

Im Frühjahr wächst aus der Mitte ein aufrechter verzweigter Stängel. Die Blüten bestehen aus vier kreuzförmig angeordneten leuchtend gelben Kronblättern und sechs Staubblättern. Anfangs ist die Blütentraube kompakt, später verlängert sie sich. Nach dem Blühen entstehen lange zylindrische Schoten, häufig mehrere Zentimeter lang und mit einem auffälligen dünnen Schnabel an der Spitze. Reife Schoten springen mit zwei Klappen auf und setzen die Samen frei. So unterscheiden sie sich von den geschlossenen trockenen Früchten mancher Rettiche.

Bei der kultivierten Speiserübe derselben Art ist die Wurzel stark verdickt; bei verwilderten Feldformen ähnelt sie gewöhnlich viel weniger einer großen Gartenrübe. Ein kalifornisches Wildkraut darf nicht allein wegen ähnlicher Blätter als Speiserübe bestimmt werden.



Brassica rapa mit hellgrüner Blattrosette, gelben vierblättrigen Blüten und langen zylindrischen Schoten

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Der California Invasive Plant Council beschreibt Brassica rapa als winterannuelle Pflanze, die sich im ganzen Bundesstaat weit verbreitet hat. Sie fällt auf gestörten Flächen, Feld- und Weiderändern, an Straßen und in der Nähe von Gärten und Weinbergen auf. Im Central Valley können nach feuchten Wintern einzelne Flächen gelb vor Blüten werden. Die Pflanze verträgt kühles Wetter und leichte Fröste.

Ein großflächig gelbes Feld kann allerdings ebenso Brassica nigra, Hirschfeldia incana oder ein anderes Senfgewächs enthalten. Der Cal-IPC weist darauf hin, dass verschiedene Kultur- und Wildformen von Brassica rapa leicht miteinander kreuzen. Deshalb muss der genaue Name durch botanische Merkmale bestätigt werden und nicht nur anhand des Fundortes.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Sacramento Valley erscheinen junge Blätter nach den ersten reichlichen Herbst- und Winterregen, häufig zwischen November und Februar. In feuchten Gärten kann später noch eine neue Generation keimen. Das weichste Laub wächst meist vor der Verlängerung der Blütenschäfte.

Von Februar bis Mai sind gelbe Blüten zu sehen. Danach entwickeln sich grüne Schoten, die gegen Ende des Frühjahrs und im Frühsommer vertrocknen. In kühleren Gebieten Kaliforniens kann sich die Saison um mehrere Wochen verschieben. Am Ende des trockenen Sommers sind an verwilderten Pflanzen gewöhnlich keine grünen Blätter mehr vorhanden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Sie sind der wichtigste hier empfohlene Pflanzenteil. Brassica rapa umfasst kultivierte essbare Blattgemüseformen, deren Rohverzehr North Carolina State Extension ausdrücklich bestätigt. Die zarten Blätter verwilderter Feldformen sind mit diesen Gemüsen verwandt, schmecken aber meistens schärfer und sind grober. Sie werden in kleinen Mengen anderem Salatgrün zugesetzt. Vor dem Essen müssen sowohl die Art als auch der saubere Sammelstandort festgestellt werden.

Weiche obere Blätter zu Beginn der Blüte. Sie erscheinen später als die bodennahe Rosette und werden schnell grob. Ohne sichere Artbestimmung dürfen sie nicht gesammelt werden. Kronblätter und junge Schoten dienen hier als Bestimmungsmerkmale: Angaben über den Rohverzehr bestimmter Kultursorten dürfen nicht ohne Weiteres auf alle verwilderten Populationen und andere Senfarten übertragen werden.

Samen werden nicht als frei verfügbare Nahrung für große Portionen behandelt. Brassica rapa enthält wie verwandte Senfgewächse schwefelhaltige Verbindungen. UC IPM warnt, dass das regelmäßige Essen großer Mengen dieser Pflanzen die Verdauung reizen kann. Eine kleine Portion junges Blattgrün ist nicht dasselbe wie eine tägliche Ernährung ausschließlich aus Senf.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Schwarzer Senf, Brassica nigra, trägt kurze reife Schoten, die häufig dicht an der Blütenstandsachse anliegen. Bei Brassica rapa sind sie gewöhnlich länger. Für die sichere Unterscheidung betrachtet man zusätzlich die Blätter und die ganze blühende Pflanze.

Raphanus sativus kann cremefarbene oder rosa Blüten haben; auch seine Frucht unterscheidet sich. Bei anderen gelben Kreuzblütlern sehen die Blüten beinahe gleich aus. Ohne gut entwickelte Blätter und Schoten lässt sich die Art deshalb nicht bestimmen.

Gelbe Bestände neben behandelten Feldern eignen sich aufgrund möglicher Herbizide und belasteter Böden nicht zum Sammeln. Eine Pflanze wird niemals durch eine Probe ihres vermeintlich typischen Senfgeschmacks bestimmt: Geschmack ist kein sicherer Bestimmungsschlüssel.

QUELLEN

California Invasive Plant Council — Brassica rapa, Verbreitung und Winterwachstum: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/brassica-rapa-profile/ UC IPM — Senfgewächse, Verwechslungen und Risiken großer Portionen: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/mustards/ North Carolina State University Extension — Brassica rapa, Rapifera-Gruppe, rohe Blätter: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-rapa-rapifera-group/ North Carolina State University Extension — Brassica rapa, Chinensis-Gruppe, rohe Blätter und Stiele der Kulturform: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-rapa-chinensis-group/common-name/pak-choi/ USDA ID Tools — Brassica rapa, Gestalt und Maße der Schoten: https://idtools.org/id/weed-tool/key/grapeseedkey/media/html/fact_sheets/Bra-rap.html

Amerikanische Meersenf-Art – scharfe saftige Blätter am Strand · Cakile edentula

Cakile edentula

Am Meeresstrand, knapp oberhalb der Brandung, wachsen gelegentlich niedrige saftige grüne Pflanzen unmittelbar aus trockenem Sand. Sie tragen helle oder schwach rosafarbene Blüten mit vier Kronblättern. Später entwickeln sich ungewöhnliche gegliederte Früchte. Das ist die Amerikanische Meersenf-Art, eine an die Pazifikküste eingeführte Pflanze. Ihre jungen Blätter und weichen Triebspitzen schmecken scharf und können ohne Erhitzen gegessen werden.



Cakile edentula mit saftigen hellgrünen Blättern, blassen Kreuzblüten und gegliederten Fruchtschoten

Ixitixel · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige, verzweigte krautige Pflanze, meist 15–50 Zentimeter hoch und mitunter flach über dem Sand ausgebreitet. Die Stängel sind relativ dick und saftig. Ihre wechselständigen Blätter sind fleischig, länglich oder gelappt, am Rand gewöhnlich schwach gezähnt oder fast ganzrandig und hell- bis blaugrau-grün gefärbt.

Die kleinen Blüten sind weiß, blassrosa oder lila, besitzen jeweils vier Kronblätter und stehen in kurzen lockeren Trauben. Danach entstehen kurze zweiteilige Schoten, deren oberes Glied bei der Reife abfällt. Der Fruchtabschluss ist eher stumpf. Der Bau dieser Früchte hilft besonders dabei, die Arten der Gattung Cakile zu unterscheiden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Cakile edentula als nicht heimische Pflanze Kaliforniens, die auf Meeresstränden und in sandigen Dünen wächst. Nachweise liegen an der nördlichen und mittleren Küste vor. Die Verbreitung ist nicht lückenlos; viele Sandstrände werden auch von der verwandten Europäischen Meersenf-Art Cakile maritima besiedelt.



Cakile edentula mit saftigen hellgrünen Blättern, blassen Kreuzblüten und gegliederten Fruchtschoten

John Tann from Sydney, Australia · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Im Sacramento Valley und seinem Vorgebirge gibt es keine natürlichen Strandbestände dieser Art. Pflanzen aus verschmutztem Spülsaum oder von Stellen mit vielen Vogel- und Tierexkrementen dürfen nicht roh gegessen werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen wachsen junge Blätter und Triebe. Der beste Zeitraum für ihre zarte fleischige Beschaffenheit liegt gewöhnlich im Frühjahr bis zum Frühsommer. Blüten und die charakteristischen zweiteiligen Früchte erscheinen später. Der genaue Zeitpunkt hängt vom feuchten Sand und der Küstenwitterung ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebspitzen. Plants For A Future bestätigt für Cakile edentula beide Teile ausdrücklich als roh essbar. Die jungen Blätter werden in Salaten verwendet; ihr Geschmack wird mit Meerrettich verglichen. Klein geschnitten ergänzen sie milderes Grün in geringen Mengen. Salzgehalt und Schärfe hängen vom Standort und dem Alter der Pflanze ab.

Die Wurzel wird in den Quellen als getrocknet und gemahlen beschrieben, um anschließend beim Backen verwendet zu werden. Sie gehört damit nicht zur Nahrung ohne Feuer. Reife Früchte und Samen sind in diesem Artikel ebenfalls keine bestätigten rohen Nahrungsteile.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Europäische Meersenf-Art, Cakile maritima, hat einen eigenen Artikel: Ihre Blätter sind häufig stärker gelappt. Gestalt und Größe der Glieder reifer Früchte unterscheiden sich von der amerikanischen Art. Da die Blattform selbst innerhalb einer Art stark variiert, bestimmt man die Pflanze am besten anhand reifer Früchte und eines botanischen Bestimmungsschlüssels.

Andere Strand-Kreuzblütler können weiße vierblättrige Blüten haben, bilden aber nicht die charakteristischen zweiteiligen Schoten. Pflanzen aus geschützten Dünen, in denen das Beschädigen der Vegetation untersagt ist, werden nicht gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1232
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cakile+edentula
- https://www.calflora.org/species/sci-C.html

Europäische Meersenf-Art – würziges Strandgrün und junge Früchte · Cakile maritima

Cakile maritima

Auf kalifornischen Sandstränden oberhalb der gewöhnlichen Flutlinie wächst manchmal eine ausladende grüne krautige Pflanze mit fleischigen Blättern. Dazwischen öffnen sich kleine helle Blüten mit vier Kronblättern. Später entstehen ungewöhnliche saftige Früchte, die in zwei Glieder geteilt sind. Das ist Cakile maritima, die Europäische Meersenf-Art, eine eingeschleppte Pflanze der Küstendünen. Junge Blätter, Knospen und grüne Früchte sind als rohe pfeffrige Nahrung bekannt. Strandsand, salzige Winde und Regeln von Naturschutzgebieten verlangen jedoch ebenso viel Aufmerksamkeit wie die Artbestimmung.



Cakile maritima mit blaugrünen tief gelappten fleischigen Blättern und zweiteiligen Strandfrüchten

Carsten Niehaus (Lumbar) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige Pflanze mit niedrigen verzweigten Stängeln, die über Sand kriechen oder sich etwas aufrichten. Die Blätter sind dicklich, saftig und blaugrau-grün, mit ungleichmäßigen groben Zähnen oder tiefen Lappen. Die unteren Blätter sind gewöhnlich größer als die oberen. Anders als bei dünnblättrigen Feldsenfarten hilft die fleischige Blattstruktur der Pflanze, salzhaltige Gischt und Trockenheit zu überstehen.

Die Blüten erscheinen an Zweigspitzen, jede mit vier weißlichen, rosafarbenen oder helllila Kronblättern. Danach entwickelt sich eine besonders geformte Frucht aus zwei Teilen. Der untere bleibt an der Pflanze, während der obere leichter abbricht und vom Wasser transportiert werden kann. Reife Früchte werden hart und korkartig. Für die Bestimmung müssen sowohl Blätter als auch die reife zweiteilige Fruchtstruktur betrachtet werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora zeigt Cakile maritima über große Teile der kalifornischen Küste verbreitet, besonders in San Diego, Los Angeles, Santa Barbara, Monterey, San Mateo und Marin County. Die Pflanze wächst auf Sandstränden, in Dünen und an gestörten Küstenstandorten.



Cakile maritima mit blaugrünen tief gelappten fleischigen Blättern und zweiteiligen Strandfrüchten

Janke · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Sie gehört nicht zur natürlichen Flora des Sacramento Valley; ein Vorkommen im Auenwald ohne salzhaltigen Wind wäre untypisch. In einigen Küstengemeinschaften verdrängt diese eingeschleppte Art andere Strandpflanzen.

Auch eine große grüne Fläche im Sand darf nicht automatisch beerntet werden: Auf restaurierten Dünen ist es häufig sogar verboten, die Wege zu verlassen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den saisonalen Küstenregen keimen neue Pflanzen. Bei kühlem Wetter wachsen besonders zarte saftige Blätter. Die Blüte kann im Frühjahr beginnen und sich bis in den Sommer erstrecken, abhängig von Nebel, Sandfeuchtigkeit und Lufttemperatur.

Nach der Blüte entstehen allmählich grüne zweiteilige Früchte. Solange sie klein und weich sind, unterscheiden sie sich deutlich von den trockenen korkartigen Früchten am Saisonende. Im Sommer haben manche Pflanzen auf trockenen offenen Dünen ihren Lebenszyklus bereits beendet, während andere auf feuchterem Sand noch blühen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ganz junge Blätter. Plants For A Future bestätigt für Cakile maritima ausdrücklich den Rohverzehr und weist auf starke Bitterkeit und Schärfe hin. Junge Blätter eignen sich als kleine Würzbeigabe zu mildem Salatgrün; ausgewachsene fleischige Blätter können deutlich zu scharf schmecken.

Zarte Triebspitzen, Blütenknospen und grüne unreife Früchte. Der Artenführer nennt auch sie als roh essbare Pflanzenteile. Sie schmecken pfeffrig und leicht salzig. Es handelt sich um kleine saisonale Beigaben, nicht um großes Gemüse. Später werden Stängel grob und Früchte fest und für diese Verwendung ungeeignet.

Samen und Wurzeln werden in diesem Artikel nicht als eigene rohe Nahrung angeboten. Bei Küstenpflanzen kommen ähnliche Arten vor, und die Zubereitung der verschiedenen Teile kann sich unterscheiden. Pflanzen aus mit Abfall, Erdölprodukten oder Abwasser verschmutztem Sand werden nicht gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

An der Pazifikküste wächst auch Cakile edentula, die Amerikanische Meersenf-Art. Blätter und Früchte unterscheiden sich in ihrer Form; aus einem einzelnen saftigen grünen Blatt lassen sich die Arten aber schwer trennen. Für eine sichere Bestimmung wartet man auf Blüten und die charakteristischen zweiteiligen Früchte.

Auch Keimlinge anderer Küsten-Kreuzblütler und Pflanzen mit fleischigem Laub können ähnlich aussehen. Eine Strandpflanze wird nicht anhand ihres Geschmacks bestimmt: Salz in der Luft und pfeffriger Geruch sind kein botanischer Schlüssel.

In vielen Dünen ist Sammeln und das Betreten empfindlicher Sandflächen verboten. Dort bleiben Beobachtung und Fotografie die einzigen angemessenen Möglichkeiten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1233
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1233
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=cakile+maritima

Redmaids — frisches Frühlingsgrün und winzige Samen · Calandrinia menziesii

Calandrinia ciliata

Am Ende des Winters und im frühen Frühjahr erscheinen auf sonnigen grasbewachsenen Flächen des Sacramento Valley niedrige Pflanzen mit dünnen, saftigen Blättern. Später öffnen sich darüber leuchtend rosafarbene, manchmal karminrote Blüten. Es handelt sich um die in Kalifornien „redmaids“ genannte Calandrinia. Ihre jungen grünen Teile wurden frisch gegessen; auch die winzigen dunklen Samen lassen sich ohne Erhitzen verwenden.



Calandrinia menziesii mit schmalen fleischigen Blättern und leuchtend rosa fünfblättrigen Blüten

Joe Decruyenaere (pixeltoo) · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Calandrinia ist eine niedrige einjährige Pflanze, gewöhnlich etwa 10–30 Zentimeter hoch. Von einem Grundpunkt gehen mehrere dünne grüne oder rötliche Stängel aus. Manche Triebe liegen nahe am Boden, andere richten sich auf. Zu Beginn der Saison kann die Pflanze wie eine kleine Rosette schmaler saftiger Blätter aussehen.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind ziemlich schmal, von linealisch bis verkehrt lanzettlich, ungefähr 2–8 Zentimeter lang. Sie sind leicht fleischig und glatt; an den Rändern einiger Blätter stehen vereinzelt feine Haare. Zur Basis hin verschmälert sich das Blatt wie zu einem kurzen Stiel.

Für die geringe Pflanzengröße ist die Blüte relativ groß. Meist hat sie fünf rundliche rosa-rote, gelegentlich kräftig karminrote Kronblätter und eine helle Mitte mit Staubblättern. Bei gutem Licht öffnen sich die Blüten stärker; morgens oder bei bewölktem Himmel können sie geschlossen bleiben.



Calandrinia menziesii mit schmalen fleischigen Blättern und leuchtend rosa fünfblättrigen Blüten

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

Nach der Blüte entsteht eine kleine längliche Kapsel. Sie enthält zahlreiche sehr kleine glänzend schwarze Samen, gewöhnlich etwa ein bis zwei Millimeter groß. Die reife Kapsel springt auf, worauf die Samen leicht zu Boden fallen. Deshalb findet man nicht an jeder bereits verblühten Pflanze noch Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art ist in Kalifornien heimisch und kommt auch in anderen Gebieten des westlichen Nordamerikas vor. In Kalifornien wächst sie auf offenen Wiesen, in lichten Eichenwäldern des Vorgebirges, auf Feldern, in Gärten, Weinbergen und an Stellen, an denen sich über den Winter Feuchtigkeit hält.

UC IPM hebt ausdrücklich hervor, dass Redmaids im Sacramento Valley und im nördlichen San Joaquin Valley besonders zahlreich auftreten. Rund um Sacramento kann man sie nach den Winterregen auf offenen Grasflächen finden. In den trockensten Wüsten und an hohen Osthängen der Sierra Nevada ist sie weniger typisch.

Bei der wissenschaftlichen Benennung gibt es eine Besonderheit: Historische ethnobotanische Arbeiten und ältere Nachschlagewerke verwenden häufig Calandrinia ciliata. Die moderne kalifornische Jepson-Flora führt die Pflanze als Calandrinia menziesii. In den hier genannten kalifornischen Quellen beziehen sich beide Namen auf diese Nahrungspflanze.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die ersten jungen Blätter und Stängel wachsen in der kühlen feuchten Jahreszeit vom Winter bis zum frühen Frühjahr. In niedrigen Regionen Kaliforniens ist zartes Grün ungefähr von Januar bis April vorhanden; die genauen Zeitpunkte hängen stark von den Niederschlägen ab.

Die Blüten erscheinen meist zwischen Februar und Mai. In kühlen Vorgebirgen kann das später sein als auf einer offenen sonnigen Ebene. Nach der Blüte bilden sich Samenkapseln; die winzigen Samen reifen im Frühjahr und Frühsommer, allerdings nicht alle gleichzeitig.

Mit dauerhafter Hitze und austrocknendem Boden stirbt der oberirdische Teil schnell ab. Anders als immergrüne Sträucher liefert Calandrinia nicht während aller zwölf Monate frisches Grün.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebe. Sie wurden roh gegessen. Der USDA-NRCS-Pflanzenführer für Redmaids zitiert Sparkman aus dem Jahr 1908 ausdrücklich dazu, dass die Luiseño das zarte junge Grün frisch verzehrten. Dieses Zeugnis bezieht sich auf die rohe Verwendung, anders als die in anderen Beschreibungen verbreitete Erhitzung der Samen. Der Geschmack wird als leicht scharf, an Rucola erinnernd, beschrieben. Diese kurze Grün-Saison beginnt lange vor der Samenreife.

Reife schwarze Samen. Sie sind äußerst klein, aber ölreich. Plants For A Future nennt ausdrücklich die Möglichkeit, die Samen dieser Art roh zu essen oder zu mahlen. Für einen Vorrat werden die Samen von trockenen Kapseln getrennt und von Pflanzenresten gereinigt. Historische kalifornische Quellen nennen noch andere Zubereitungen; hier kommen ausschließlich Verfahren ohne Erhitzen in Betracht.

USDA NRCS warnt zudem, dass das Grün wie Spinat Oxalsäure enthält und nur maßvoll gegessen werden sollte. Da die Pflanze hier nicht gekocht wird, ist die Verminderung der Oxalate durch Kochen kein Thema. Calandrinia darf nicht als Grün für große Portionen dargestellt werden. Ihre Blüten helfen beim Erkennen, werden aber ohne gesonderten zuverlässigen Beleg nicht als notwendiger roh essbarer Teil aufgeführt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Calandrinia erkennt man an der Kombination schmaler leicht fleischiger Blätter, fünf rosa-roter Kronblätter und kleiner Kapseln mit glänzend schwarzen Samen. Einige Clarkia-Arten besitzen vier statt fünf Kronblätter. Geranium-Arten haben gewöhnlich stärker gegliederte Blätter und eine lang schnabelförmig ausgezogene Frucht. Ähnlich aussehende junge Pflanzen ohne Blüten und Samen werden nicht anhand eines einzelnen rötlichen Stängels bestimmt.

In der modernen kalifornischen Flora heißt Redmaids meist Calandrinia menziesii, während ältere Werke und UC IPM oft noch Calandrinia ciliata verwenden. Dieser Artikel beschreibt ein und dieselbe kalifornische Pflanze. Bilder einer anderen Calandrinia-Art eignen sich nicht als Ersatz. Schmale fleischige Blätter, die leuchtend rosa fünfblättrige Blüte und die Kapsel mit kleinen dunklen Samen müssen zusammen betrachtet werden.

QUELLEN

- UC IPM, Redmaids, Verbreitung und Saison: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/redmaids/
- Calflora, Calandrinia menziesii, heutiger Name: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=13205
- USDA NRCS, Fringed Redmaids Plant Guide, Luiseño und Samenernte: https://plants.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_caci2.pdf
- Plants For A Future, Calandrinia ciliata, rohe Blätter, Triebe und Samen: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Calandrinia+ciliata
- UC Irvine Natural History, Calandrinia ciliata, Blüten- und Samenmerkmale: https://nathistoc.bio.uci.edu/Plants%20of%20Upper%20Newport%20Bay%20(Robert%20De%20Ruff)/Portulacaceae/Calandrinia%20ciliata.htm

Acker-Ringelblume – goldgelbe Körbchen und zarte würzige Blätter · Calendula arvensis

Calendula arvensis

Nach Regenfällen wächst an einem grasbewachsenen Hang gelegentlich ein niedriges, verzweigtes Kraut mit weichen länglichen Blättern. Im Frühjahr öffnen sich darüber kleine goldgelbe Blütenköpfchen, die an kleine Ringelblumen erinnern. Das ist die Acker-Ringelblume, eine mediterrane Art, die sich in einzelnen Gebieten Kaliforniens ausgebreitet hat. Für die Ernährung ohne Feuer sind ihre jungen Blätter und besonders weichen Triebe nachgewiesen. Ganze Blütenköpfchen sollte man dagegen nicht ohne eigenen Beleg roh als Dekoration essen.



Calendula arvensis mit kleinen goldgelben Blütenköpfchen, schmalen weichen Blättern und gebogenen Achänen

Nick Savvopoulos · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Einjährige krautige Pflanze, meist 10–30 Zentimeter hoch, auf fruchtbarem Boden manchmal größer. Die grünen, verzweigten Stängel können leicht behaart und klebrig sein. Die Blätter stehen wechselständig; sie sind schmal länglich bis lanzettlich, ganzrandig oder schwach gezähnt und oft etwas behaart.

An den Zweigspitzen sitzen Blütenköpfchen, gewöhnlich etwa 2–4 Zentimeter im Durchmesser. Außen stehen leuchtend gelbe oder gelborange Zungenblüten und in der Mitte kleine Röhrenblüten. Nach dem Verblühen entstehen Achänen verschiedener Form; manche sind wie kleine Sicheln oder Krallen gebogen. Die Pflanze hat einen wahrnehmbaren krautigen Geruch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora beschreibt Calendula arvensis als nicht heimische Pflanze und verzeichnet Hunderte Beobachtungen in Kalifornien, vor allem in Küsten- und zentralen Countys. Man findet sie auf gestörten Grasflächen, an alten Pflanzungen, auf Wiesen und an Straßen.

Im Sacramento Valley sind einzelne Fundstellen möglich, doch die Blume darf nicht als gewöhnliches heimisches goldenes Wiesen-Gänseblümchen gelten. Sie kann mit Erde verschleppt werden. Pflanzen von Straßenrändern und chemisch behandelten Rasenflächen werden nicht als Nahrung gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbst- und Winterregen erscheinen neue weiche Blätter. Im Flachland sind Winter und Frühjahr die beste Zeit dafür; an kühleren Standorten verschiebt sich das Wachstum zum Frühsommer. Die Blüte kann vom frühen Frühjahr bis in den Sommer dauern und bei ausreichender Feuchtigkeit im Herbst wieder einsetzen.

Wenn zahlreiche trockene gebogene Samenfrüchte entstehen, werden die Triebe grob. Für die Rohkost verwendet man frischen weichen Austrieb statt welker Blätter alter Blütenstängel.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebe. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr. Sie schmecken leicht würzig und können bitter sein. Einige junge Blätter lassen sich fein schneiden und einem kalten Salat zusetzen. Besonders zarte Triebspitzen sind angenehmer als alte Stängel.

Die Blütenköpfchen beschreibt PFAF als eingelegt, nicht pauschal als roh essbar. Deshalb werden sie hier nicht zur Rohkost gezählt. Ebenso wenig dürfen alle Anwendungen der gesondert beschriebenen Garten-Ringelblume Calendula officinalis auf die Acker-Ringelblume übertragen werden. Samen und Wurzeln sind hier keine bestätigte rohe Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Calendula officinalis hat deutlich größere Blütenköpfchen, gewöhnlich mit mehr auffälligen dekorativen Zungenblüten. Die Acker-Ringelblume ist niedriger und bildet viele kleine Köpfchen.

Einige heimische gelbe Korbblütler besitzen ähnliche Blüten, unterscheiden sich jedoch durch Blätter, Früchte und Blütenstände. Zum Unterscheiden sind besonders die gebogenen ungewöhnlich geformten Achänen und das weiche Laub hilfreich. Gelbe Blütenköpfchen allein sagen nichts über die Essbarkeit: Unter den Korbblütlern gibt es Arten, die allergische Reaktionen und Reizungen hervorrufen können.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1252
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Calendula_arvensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Calendula_arvensis_image.JPG

Garten-Ringelblume – frische orange Zungenblüten und junge Blätter · Calendula officinalis

Calendula officinalis

Im Winter und Frühjahr sieht man an Häusern und alten Gärten niedrige grüne Büsche mit breiten orangefarbenen oder gelben Blütenköpfchen. Sie werden gewöhnlich Ringelblumen genannt. An sonnigen Stellen blühen sie lange; manchmal säen sie sich selbst aus und wachsen außerhalb der ehemaligen Beete. Ihre leuchtenden Zungenblüten werden frisch gegessen und geben kalten Speisen Farbe und eine leichte würzige Bitterkeit.



Calendula officinalis mit großen orangegelben Blütenköpfchen und weichen länglichen Blättern

Kmtextor · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

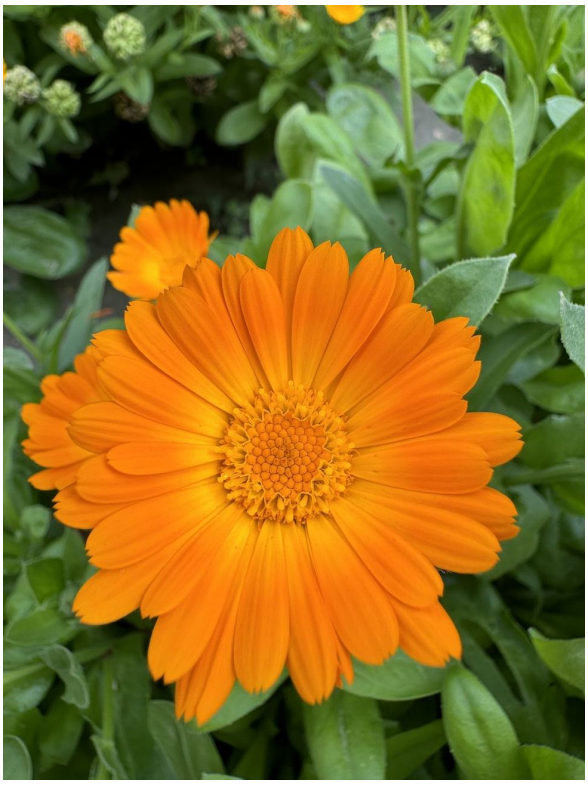
WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige krautige Pflanze, gewöhnlich 20–60 Zentimeter hoch, mit verzweigten, leicht klebrigen oder behaarten Stängeln. Die einfachen wechselständigen Blätter sind länglich bis lanzettlich, weich, ganzrandig oder kaum gezähnt. An der Basis verschmälern sie sich oft zu einem kurzen Stiel; weiter oben sitzen sie beinahe unmittelbar am Stängel.

Das Blütenköpfchen ist groß, meist 4–7 Zentimeter breit, bei Gartensorten auch größer. Am Rand stehen zahlreiche orangefarbene oder gelbe Zungenblüten, in der Mitte Röhrenblüten. Die reifen Achänen haben ungewöhnliche gebogene, teilweise fast hakenförmige Gestalten, wie winzige Krallen. Daher stammt auch die Bezeichnung „Ringelblume“.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calendula officinalis ist in Kalifornien nicht heimisch. Calflora verzeichnet einzelne verwilderte Pflanzen, am häufigsten ist die Art aber in Gärten und in der Nähe von Wohnhäusern. Die Fundmeldungen außerhalb der Kultur sind relativ selten.



Calendula officinalis mit großen orangegelben Blütenköpfchen und weichen länglichen Blättern

WWELNUR · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Im Sacramento Valley wächst sie bei ausreichender Feuchtigkeit während der kühlen Jahreszeit. In starker Sommerhitze hört sie häufig auf zu blühen. In Blumenbeeten, auf Rasenflächen und auf Privatgrundstücken darf man ohne Kenntnis chemischer Behandlungen und ohne Erlaubnis der Eigentümer nicht von sicherer frei verfügbarer Nahrung ausgehen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In milden Wintern kann Ringelblume nach den Herbstregen schon blühen, besonders in gepflegten Beeten. Die Hauptblüte liegt gewöhnlich im kühlen Frühjahr. In Gegenden mit mildem Sommer erscheinen die Blüten wesentlich länger; nach starker Hitze ist eine zweite Herbstblüte möglich.

Für die Nahrung wählt man frische, gerade aufgegangene Blütenköpfchen, keine welken oder durch Insekten beschädigten. Eine einzelne Blüte bleibt nur kurze Zeit frisch.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zungenblüten des Blütenköpfchens. Die UC Master Gardeners of Sacramento County bestätigen ausdrücklich, dass Ringelblumenblütenblätter in Salaten gegessen werden. Die hellen orangefarbenen oder gelben Zungenblüten werden vom äußeren Rand des Köpfchens abgezupft und roh als kleine Zugabe zu frischem Grün verwendet. Sie schmecken leicht bitter und würzig.

Junge Blätter. Dieselbe Quelle erwähnt ausdrücklich ihren rohen oder gekochten Verzehr und weist auf Bitterkeit hin. Für kalte Speisen eignen sich wenige junge weiche Blätter, solange sie zart sind.

Grobe Stängel, Wurzeln und reife Achänen gehören nicht zur hier beschriebenen Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Garten-Ringelblume kann mit Zier-Tagetes verwechselt werden. Bei Tagetes sind die Blätter häufig zusammengesetzt und fiederteilig und riechen anders und schärfer. Manche heimische gelbe Korbblütler haben kleinere Blütenköpfchen und schmalere Blätter.

Calendula officinalis zeichnet sich durch einfache längliche Blätter, große orangefarbene Blütenköpfchen und stark gebogene reife Achänen aus. Blüten unbekannter Zierpflanzen werden nicht gesammelt: Einige Arten reizen die Haut, und Gartenpflanzungen können mit Pestiziden behandelt sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1253
- https://www.ucanr.edu/site/uc-master-gardeners-sacramento-county/grow-herbs
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Calendula_flower_orange-yellow.jpg

Gewöhnliches Hirtentäschel – junge Blätter und herzförmige Früchte · Capsella bursa-pastoris

Capsella bursa-pastoris

Auf offenem Boden zwischen Pflanzungen sieht man im Frühjahr dünne Stängel, an denen winzige grüne Herzen wie auf einer Schnur aufgereiht sind. Fast am Boden liegt eine Rosette eingeschnittener Blätter. Das Hirtentäschel ist eine der vertrautesten einjährigen Pflanzen gestörter Flächen Kaliforniens. Junges Grün und Blütentriebe schmecken etwas pfeffrig; die charakteristischen Früchtchen machen die Bestimmung zuverlässiger als eine Rosette allein.



Capsella bursa-pastoris mit bodennaher Blattrosette, winzigen weißen Blüten und flachen herzförmigen Früchten

Eike Wulfmeyer · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine kleine einjährige Pflanze aus der Familie der Kreuzblütler, meist 15–50 Zentimeter hoch, bei günstiger Feuchtigkeit manchmal höher. Anfangs bildet sie eine flache Rosette. Die länglichen Blätter reichen von beinahe ganzrandig und gezähnt bis tief in seitliche Lappen geteilt. Die grüne Oberfläche kann feine Haare tragen. Selbst innerhalb einer Rosette variiert die Blattgestalt deutlich.

Mit Beginn der Blüte wächst aus der Mitte ein dünner aufrechter, gelegentlich verzweigter Stängel. Er trägt einige kleinere schmale Blätter, deren Basis den Stängel teilweise umfasst. Die winzigen Blüten haben vier weiße Kronblätter und stehen oben in einer lockeren Traube.

Unterhalb der Blüten bilden sich auf eigenen dünnen Stielen flache Früchte: dreieckig, oft mit einer Einbuchtung am oberen Rand. Daher erinnern sie an ein Herz oder eine kleine Tasche. Jede Frucht enthält viele winzige Samen. Die Pflanze besitzt eine Pfahlwurzel, doch die Nahrung besteht hier vor allem aus dem oberirdischen Grün.



Capsella bursa-pastoris mit bodennaher Blattrosette, winzigen weißen Blüten und flachen herzförmigen Früchten

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Hirtentäschel stammt aus Eurasien und ist heute in Kalifornien einschließlich des Central Valley verbreitet. UC IPM nennt Äcker, Gärten, Weinberge, Baumschulen, Rasenflächen und andere gestörte Standorte bis in etwa 2300 Meter Höhe. Calflora dokumentiert Fundorte in Sacramento, Yolo, Placer und vielen weiteren Countys.

In den kühlen feuchten Monaten fällt die Pflanze besonders auf, solange die Erde nicht austrocknet. An der kühlen Küste kann sie nahezu ganzjährig auftreten; im trockenen Landesinneren verschwindet das sommerliche Grün häufig. Dass die Art häufig ist, macht den Sammelort nicht automatisch sicher. Felder können mit Pflanzenschutzmitteln behandelt sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

November bis Februar. Nach Herbstregen wachsen neue Rosetten. Die zartesten jungen Blätter stehen gewöhnlich vor der Massenblüte zur Verfügung. Der Beginn hängt von den Regenfällen im jeweiligen Jahr ab.

Februar bis April. Im Sacramento Valley ist dies der ungefähre Zeitraum kräftigen Wachstums, weißer Blüten und frischer Blütentriebe. An milden Orten beginnt die Blüte teilweise früher.

März bis Juni. Noch grüne flache Früchtchen hängen am Stängel; später vergilben sie und öffnen sich. An der kühlen Küste und in größeren Höhen verschiebt sich die Saison. Bewässerte Flächen können neue Pflanzengenerationen hervorbringen. In der Sommerhitze des Central Valley ist frisches Grün weniger verlässlich verfügbar.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Solange die Pflanze eine Rosette bildet und das Laub weich ist, werden die Blätter roh in Salaten gegessen. Sie schmecken mild scharf wie zartes Senfgrün. Mit zunehmendem Alter werden sie gröber und kräftiger.

Blütentriebe. Die zarten oberen Abschnitte der Blütentriebe und die winzigen Blüten werden als roh essbar beschrieben. Sie dienen frisch als kleine Zugabe zu jungem Grün.

Junge Früchte und Samen. Grüne herzförmige Früchtchen schmecken pfeffrig; UC IPM nennt sie ausdrücklich als Beigabe zum Salatgrün. NC State Extension erwähnt außerdem essbare Samen. Hier gelten sie nur als kleine würzige Zugabe, nicht als Hauptnahrungsmittel. Für die Wurzel gibt es separate Angaben über eine Nahrungsnutzung, die jedoch für eine praktische Empfehlung hier nicht klar genug sind.

Maßhalten ist wichtig: UC IPM warnt, dass Blätter und Samen des Hirtentäschels Glucosinolate enthalten. Große Mengen können die Verdauung reizen. Die Pflanze eignet sich daher nicht als täglich in großen Mengen gegessener Ersatz für Salat.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Junges Hirtentäschel ohne Blütenschaft kann mit Löwenzahn und anderen Kreuzblütlerrosetten verwechselt werden. Man wartet daher auf die vollständige Kombination von Merkmalen.

Cardamine hirsuta besitzt Blätter aus rundlichen Fiederblättchen und lange schmale Schoten statt dreieckiger Früchte. Bei Thlaspi arvense sind die Früchte beinahe rund und breit geflügelt, ähnlich kleinen Münzen. Die des Hirtentäschels sind dagegen dreieckig und oben eingebuchtet. Winzige weiße Blüten allein sind kein verlässliches Unterscheidungsmerkmal.

Grün von mit Herbiziden behandelten Feldern, verschmutzten Straßenrändern und Flächen mit Abwasser wird nicht als Nahrung gesammelt. Ein sauberer Standort und die genaue Artbestimmung sind ebenso wichtig wie der richtige Zeitpunkt.

QUELLEN

University of California IPM, Shepherd's-purse — Verbreitung, Gestalt, Früchte und Glucosinolate: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/shepherds-purse/ North Carolina State University Extension, Capsella bursa-pastoris — junge rohe Blätter, Blütentriebe und Samen: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/capsella-bursa-pastoris/common-name/shepherds-purse/ Calflora, Capsella bursa-pastoris — kalifornische Countys: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1472 Cornell University, Shepherd's-purse — Rosette und Fruchtmerkmale: https://cals.cornell.edu/weed-science/weed-profiles/shepherds-purse

Kalifornisches Schaumkraut – weißrosa Blüten und pfeffrige Blätter · Cardamine californica

Cardamine californica

An einem schattigen Hang zwischen Eichenlaub erscheinen im frühen Frühjahr kleine weiße oder kaum rosafarbene Blüten mit vier Kronblättern. Darunter stehen dünne Stängel und weiche grüne Blätter. Es handelt sich um das heimische Kalifornische Schaumkraut, im Englischen „milkmaids“ genannt. Solange die Blätter jung sind, können sie gegessen werden, auch wenn sie deutlich pfeffrig und teilweise bitter schmecken.



Cardamine californica mit zarten geteilten Blättern und lockeren Trauben weißer vierblättriger Frühlingsblüten

Eugene Zelenko · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine mehrjährige, im Sommer ruhende Pflanze, gewöhnlich 15–40 Zentimeter hoch. Sie wächst aus einem kleinen unterirdischen Rhizom. Die ersten bodennahen Blätter sind rundlich oder herzförmig und liegen oft dicht über der Erde. Später wächst ein Blütenschaft mit einem oder mehreren zusammengesetzten Stängelblättern, die in drei bis fünf ovale oder schmale Abschnitte geteilt sind.

Die Blüten stehen in einer lockeren Traube. Jede besitzt vier weiße, blassrosa oder rosa Kronblätter von ungefähr einem Zentimeter Länge und mehrere kürzere Kelchblätter. Nach dem Blühen entstehen lange schmale Schoten, die beim Trocknen aufplatzen und die Samen fortschleudern. Die Blätter sind glatt und weich, ohne Stacheln.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Tausende Beobachtungen von Cardamine californica in Kalifornien auf: Die Art wächst in schattigen Eichenwäldern, immergrünen Mischwäldern, an feuchten Hängen, zwischen Küsten-Redwoods und an Waldrändern. Sie wurde auch in Placer und El Dorado County dokumentiert. In der heißen niedrigen Ebene des Sacramento Valley ist sie wesentlich seltener.



Cardamine californica mit zarten geteilten Blättern und lockeren Trauben weißer vierblättriger Frühlingsblüten

Joe Decruyenaere (pixeltoo) · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Besonders auffällig ist sie nach den Winterregen, solange der Boden kühl und feucht bleibt. Beim Sammeln von Blättern darf das Rhizom nicht ausgerissen werden. Andernfalls kann sich der mehrjährige Bestand nicht erholen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter erscheinen im Spätherbst oder Winter nach den Regenfällen. Die Hauptblütezeit liegt in Kalifornien zwischen Januar und Mai, in kalten Regionen etwas später. Zartes Laub ist am besten, bevor alle Blüten aufgegangen sind und die Blätter grob werden.

Nach der Bildung von Schoten und dem Einsetzen sommerlicher Trockenheit verschwindet der oberirdische Teil gewöhnlich bis zum folgenden Winter.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. University of California Agriculture and Natural Resources bezeichnet sie ausdrücklich als essbar und beschreibt den Geschmack als ziemlich bitter, ähnlich Meerrettich. Deshalb verwendet man kleine Mengen, fein geschnitten in einer kalten Grünmischung; große Portionen sind wenig sinnvoll.

Unterirdische kleine Knollen. Eine botanische Fachveröffentlichung der North American Rock Garden Society beschreibt gesondert ihren Rohverzehr im Salat. Sie sind klein; das Ausgraben zerstört einen Teil der mehrjährigen Pflanze. Praktisch sind deshalb die Blätter vorzuziehen.

Für Blüten und reife Schoten wurde kein hinreichend bestimmter eigenständiger artspezifischer Nachweis des rohen Verzehrs gefunden. Sie gehören nicht zur Nahrungsliste.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die bereits beschriebenen Cardamine hirsuta und Cardamine oligosperma erscheinen häufiger als kleine einjährige Kreuzblütler mit anderen Rosetten und vielen einzelnen Fiederblättchen. Das Kalifornische Schaumkraut bildet dagegen mehrjährige saisonale Bestände mit größeren weißrosa Blüten und auffällig geteilten Stängelblättern.

Manche anderen Frühjahrsblumen tragen ebenfalls vier Kronblätter, bilden aber keine langen Schoten. Unbekanntes Grün darf nicht anhand seines pfeffrigen Geschmacks als Schaumkraut bestimmt werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1479
- https://ucanr.edu/blog/coastal-gardener/article/cardamine-edible-not-so-tasty
- https://www.nargs.org/sites/default/files/free-rgq-downloads/VOL_62_NO_3.pdf

Biegsames Schaumkraut – scharfes Blattgrün feuchter Stellen · Cardamine flexuosa

Cardamine flexuosa

Auf feuchtem lockerem Boden unter schattigen Bäumen erscheint gelegentlich eine kleine Rosette mit zarten geteilten Blättern. Später wachsen ein dünner Stängel und winzige weiße Blüten. Bei näherem Hinsehen erkennt man lange schmale Schoten und einen leicht zickzackförmig gebogenen Blütenschaft. Dies ist das Biegsame Schaumkraut, eine in Kalifornien selten anzutreffende Senfpflanze, deren junge Blätter nachweislich roh gegessen werden.



Cardamine flexuosa mit gefiederten Blättern, kleinen weißen Kreuzblüten und leicht gebogenem Blütenschaft

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges, manchmal zweijähriges Kraut, gewöhnlich 10–40 Zentimeter hoch, mit relativ dünnem weichem Stängel und einer bodennahen Blattrosette. Die Blätter sind gefiedert: Entlang der Mittelachse sitzen kleine rundliche oder eiförmige Fiederabschnitte; der endständige Abschnitt ist oft merklich größer.

Am Stängel stehen kleinere Blätter in größeren Abständen. Der Stängel kann leicht hin und her gebogen sein; manchmal sieht man einzelne Haare. Die kleinen Blüten haben vier kreuzförmig angeordnete weiße Kronblätter und gelbliche Staubblätter. Die Früchte sind schmale verlängerte Schoten, die aufwärts oder etwas seitwärts zeigen. Reife Schoten können ihre Klappen plötzlich öffnen und die Samen fortschleudern.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art ist in Eurasien weit verbreitet. In Kalifornien gilt sie als eingeschleppt und kommt nach botanischen Beobachtungen wesentlich seltener vor als das häufigere Cardamine hirsuta. Fundstellen liegen an kühlen feuchten Orten, in Flusstälern, feuchten Stadtgärten und an gestörten Waldrändern.



Cardamine flexuosa mit gefiederten Blättern, kleinen weißen Kreuzblüten und leicht gebogenem Blütenschaft

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Bezeichnung „gewöhnliches kalifornisches Salatkraut“ wäre daher irreführend. Besonders wichtig ist der Zustand des Standorts: Wasser, das von Straßen, Gemüsebeeten oder Weiden in einen Bach gelangt, kann Verunreinigungen auf die niedrig wachsenden Blätter bringen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Rosetten erscheinen meist nach den Winterregen, wenn der feuchte Boden noch kühl ist. Im Flachland kann zartes Laub im Winter und frühen Frühjahr vorhanden sein.

Später wachsen dünne Blütenstängel, weiße Blüten öffnen sich und danach verlängern sich die Schoten. An kühlen schattigen Orten kann sich die Wachstumszeit länger hinziehen als auf einer trockenen offenen Ebene. Am angenehmsten für den Rohverzehr sind junge Blätter, bevor sich der Trieb stark verlängert und grob wird.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Blätter von Cardamine flexuosa roh gegessen werden können. Sie schmecken charakteristisch nach Senf, mild pfeffrig. Wenige junge Blättchen eignen sich als Zugabe zu anderem frischem Grün.

Welke oder grobe Stängel werden nicht verwendet. Manche Artenführer erwähnen auch Wurzeln und weitere Pflanzenteile. Für eine vorsichtige Nutzung an kalifornischen Wildstandorten beschränkt sich dieser Artikel jedoch auf junge Blätter.

Das Grün darf nur von einem sauberen Standort stammen, der nicht von Abwässern oder belastetem Oberflächenabfluss überschwemmt wird. Gründliches Waschen macht Pflanzen aus verunreinigtem Wasser nicht automatisch für den rohen Verzehr sicher.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Das verwandte Cardamine hirsuta bildet gewöhnlich eine kleine Rosette und schleudert die Samen leicht aus den Schoten. Auch Cardamine oligosperma trägt gefiederte Blätter, unterscheidet sich jedoch in der Gestalt der Fiederabschnitte, der Behaarung und den Proportionen von Blüten und Früchten.

Andere kleine Kreuzblütler können ähnliche weiße Blüten haben. Zur Bestimmung gehören deshalb die Blattform entlang des Stängels, die Frucht und die Verteilung der Haare. Pfeffriger Geschmack ist kein sicheres Bestimmungsmerkmal. Fehlen Blüten und ausgereifte Schoten, kann die sichere Artzuordnung unmöglich sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8509
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Cardamine+flexuosa
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cardamine_flexuosa_sl8.jpg

Behaartes Schaumkraut – zarte pfeffrige Blätter und weiße Blüten · Cardamine hirsuta

Cardamine hirsuta

Wenn die Winterregen den kalifornischen Gärten wieder Feuchtigkeit bringen, erscheinen auf lockerem Boden und an Wegrändern kleine grüne Blattrosetten. Aus ihrer Mitte erheben sich dünne Blütenstängel mit winzigen weißen Blüten. Das ist das Behaarte Schaumkraut, eine kleine Pflanze aus der Familie der Kreuzblütler, deren junge Blätter mild pfeffrig schmecken. Auch bei erwachsenen Pflanzen bleibt das meiste Laub dicht über dem Boden.



Cardamine hirsuta mit kleinen gefiederten Blattrosetten, weißen Kreuzblüten und schlanken Samenschoten

SB Johnny · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Das Behaarte Schaumkraut ist eine einjährige Pflanze, gewöhnlich etwa 8–25 Zentimeter hoch. Am Grund steht eine Rosette zusammengesetzter Blätter. Jedes Blatt besitzt mehrere Paare kleiner rundlicher oder nierenförmiger Fiederblättchen und ein größeres Endblättchen. Ihr Rand ist leicht gewellt oder flach gezähnt. An Blättern und Stängeln kommen vereinzelte kurze Haare vor, auch wenn die Pflanze aus der Entfernung glatt aussieht.

Der dünne Blütenschaft wächst aufrecht und trägt nur wenige kleine Blätter. An seiner Spitze öffnen sich weiße Blüten mit vier kreuzförmig angeordneten Kronblättern. Nach ihnen entstehen schmale, gerade Schoten, ungefähr zwei bis drei Zentimeter lang. Bei der Reife springen die Fruchtklappen abrupt auf und verstreuen Samen.

Dieses Schleudern der Samen ist gegen Ende der kurzen Wachstumszeit auffällig. Unterirdisch besitzt die Pflanze nur ein kleines oberflächennahes Wurzelsystem, keine große essbare Speicherwurzel.



Cardamine hirsuta mit kleinen gefiederten Blattrosetten, weißen Kreuzblüten und schlanken Samenschoten

Christian Hummert (Ixitixel) · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Art stammt aus Eurasien und hat sich in Nordamerika einschließlich Kaliforniens eingebürgert. Calflora dokumentiert ihr Vorkommen; daraus folgt jedoch nicht, dass sie überall im Bundesstaat gleich häufig wächst.

Sie bevorzugt feuchte Bereiche mit gestörtem Boden: Gärten, Baumschulen, Rasenränder, Wegränder und schattige Stellen bei Pflanzungen. Rund um Sacramento findet man solche Bedingungen eher nach Herbstregen und gegen Ende des Winters als auf ausgedörrtem Boden im August. Auf bewässerten Flächen kann die Saison länger sein, in trockenen Wüstenregionen ist die Pflanze weniger typisch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

November bis Januar. In regenreichen Jahren keimen junge Pflanzen, und in den Rosetten erscheinen die ersten zarten Blätter. Der Beginn hängt stark von der Bodenfeuchtigkeit ab.

Februar bis April. Im milden Klima des Central Valley ist dies die wahrscheinlichste Zeit gut entwickelter Rosetten, der Blüte und frischer junger Blätter. Weiße Blüten und grüne Schoten können zugleich an einer Pflanze stehen.

März bis Mai. Auf vielen Flächen vertrocknen die Schoten und schleudern ihre Samen aus. An kühlen Orten kann die Blüte später einsetzen; an warmen trockenen Stellen endet der Zyklus früher. Während der heißen Jahreszeit können lebende Blattrosetten ganz fehlen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Sie sind der wichtigste essbare Teil und werden frisch in kleinen Mengen zum Salat gegeben. Der Geschmack ist pfeffrig, aber gewöhnlich milder, als die englische Bezeichnung „bittercress“ erwarten lässt. Besonders geeignet sind die jungen Rosetten, bevor sich die Blütenstängel verlängern. Die einzelnen Blättchen lassen sich mit den Fingern abzupfen und mit anderem kaltem Blattgrün mischen.

Blüten. Die kleinen weißen Blüten sind ebenfalls essbar und werden frisch verwendet. Wegen ihrer etwas festeren Struktur sind sie weniger angenehm zu kauen. Die artspezifische Quelle bestätigt den Verzehr von Blättern und Blüten ausdrücklich.

Schoten, Samen und Wurzeln werden nicht automatisch zur Rohkost gezählt. Sie helfen bei der Bestimmung, werden hier jedoch nicht als zusätzlich belegte Nahrung empfohlen. Das Schaumkraut ist in erster Linie eine kleine saisonale Würze, keine große Nahrungsquelle.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wächst die nahe verwandte Cardamine oligosperma. Ihre Rosetten, weißen Blüten und schmalen Schoten sind ähnlich. UC IPM vergleicht beide Arten ausdrücklich und beschreibt Unterschiede bei Zahl und Form der Fiederblättchen. Ein einzelnes junges Blatt genügt deshalb nicht zur sicheren Bestimmung.

Auch Hirtentäschel (Capsella bursa-pastoris) trägt vier weiße Kronblätter. Seine Früchte sind jedoch breit, flach und dreieckig-herzförmig statt lang und schmal. Junge Rosetten vieler weiterer Kreuzblütler können einander ähneln. Für das Sammeln müssen Blatt, Blüte und Frucht an ein und derselben Pflanze geprüft werden.

Grün von mit Herbiziden behandelten Rasenflächen, stark befahrenen Straßenrändern und Bereichen mit Abwasser oder tierischen Ausscheidungen darf nicht verwendet werden. Waschen beseitigt keine chemischen Rückstände. Nur sicher bestimmte Pflanzen von sauberen Standorten kommen als Nahrung infrage.

QUELLEN

North Carolina State University Extension — Cardamine hirsuta, Merkmale sowie rohe Blätter und Blüten: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/cardamine-hirsuta/ Calflora — Cardamine hirsuta in Kalifornien: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1486 University of California IPM — Little Bittercress, Vergleich mit C. oligosperma und regionale Bedingungen: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/little-bittercress/

Wenigsamiges Schaumkraut – pfeffriges Grün am Waldweg · Cardamine oligosperma

Cardamine oligosperma

Nach Regenfällen erscheinen auf feuchtem Waldboden gelegentlich kleine Rosetten mit mehreren rundlichen Fiederblättchen. Bis zum Frühjahr erhebt sich darüber ein dünner Stängel mit weißen vierblättrigen Blüten, später mit schmalen Schoten. Dies ist Cardamine oligosperma, das Wenigsamige Schaumkraut, ein heimischer Vertreter der Kreuzblütler. Für junge Blätter ist der Rohverzehr bestätigt. Die Pflanze ist klein und liefert daher nur eine geringe pfeffrige Zugabe, keinen bedeutenden Vorrat an Grün.



Cardamine oligosperma mit kleinen rundlichen Fiederblättchen, weißen Blüten und schmalen Schoten

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Am Anfang bildet die Pflanze eine niedrige Rosette gefiederter Blätter. Ein Blatt besteht aus mehreren rundlichen seitlichen Fiederblättchen und einem größeren Endblättchen, das wie ein kleines Herz aussehen kann. Die Stängelblätter sind kleiner und stehen wechselständig; der dünne Stängel verholzt nicht.

Erwachsene Pflanzen sind gewöhnlich wenige bis etwa dreißig Zentimeter hoch. Die kleinen weißen Blüten besitzen vier kreuzförmig angeordnete Kronblätter und stehen häufig in einer kurzen endständigen Traube. Nach der Bestäubung entstehen gerade schmale Schoten, die nach oben oder zur Seite zeigen. Bei der Reife können sie plötzlich aufspringen und die kleinen Samen fortschleudern.

Dabei ist zu beachten, dass eine Schote ein Fruchtgebilde ist, nicht vier einzelne lange Blätter. Auch wenn die Kronblätter schon abgefallen sind, helfen Anordnung von Schoten und Blättern bei der Bestimmung. Frisches Laub ist weich; alte Blätter können vertrocknen und sich röten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Cardamine oligosperma als heimische kalifornische Pflanze mit mehr als tausend Beobachtungen. Die Art wächst auf feuchtem Boden in Schluchten, Eichenhainen, lichten Wäldern und an Wegrändern. Besonders viele Beobachtungen gibt es aus San Mateo, Marin, Butte und Sonoma.

In Sacramento County sind die Meldungen wesentlich seltener; deshalb wäre es falsch, die Art als allgegenwärtiges Grün des städtischen Tals darzustellen. Offene trockene Sommerhänge eignen sich schlechter als kühle feuchte Senken. Die Pflanzen wachsen auch zwischen Sträuchern und in lockerem Schatten, manchmal in kleinen Gruppen. Bei längerer Dürre verschwindet fast die gesamte grüne Masse.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Rosetten erscheinen nach Herbst- und Winterregen, solange der Boden kühl bleibt. Im Flachland sind die weichsten Blätter gewöhnlich im Winter und frühen Frühjahr vorhanden. Später öffnen sich kleine weiße Blüten; einige Wochen danach stehen grüne Schoten an den Stängeln. In kälteren Bergregionen verschiebt sich der Ablauf zum späten Frühjahr.

An reifen fruchtenden Pflanzen sind die unteren Blätter bereits weniger zart. Trockene Schoten bleiben zum Teil bestehen, nachdem die Saison des essbaren Grüns schon vorbei ist. Für die Artbestimmung ist es hilfreich, die Blüte an einigen benachbarten Pflanzen abzuwarten, zum Essen aber nur sicher bestimmtes junges Laub auszuwählen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich die rohen Blätter von Cardamine oligosperma. Sie schmecken mild pfeffrig, ähnlich Gartenkresse und gewöhnlich nicht stark bitter. Einige zarte Blättchen können abgezupft und unter anderes Grün gemischt werden; eine einzelne Rosette liefert nur wenig.

Blätter, die dicht auf feuchtem Boden wachsen, müssen sorgfältig kontrolliert und mit sauberem Trinkwasser abgespült werden. Von sumpfigen Stellen mit Abwasser oder tierischen Ausscheidungen darf nicht roh gesammelt werden.

Was hier nicht gegessen wird: Bei verwandten Schaumkrautarten werden gelegentlich auch Blüten oder kleine Schoten verwendet. Für C. oligosperma nennt der artspezifische Nachweis jedoch gerade die Blätter. Blüten, reife Samen, Wurzeln und Stängel dienen deshalb hier der Artbestimmung und sind nicht als eigenständig bestätigte Rohkost aufgeführt. Der pfeffrige Geschmack eines Blattes beweist nicht, dass jeder Pflanzenteil essbar wäre.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Sehr ähnlich ist Cardamine hirsuta, die im Atlas gesondert beschrieben wird. Auch sie bildet eine niedrige Rosette, weiße Blüten und schmale Schoten. Sie unterscheidet sich gewöhnlich durch andere Behaarung, Staubblattzahl und Fruchtstellung. Am zuverlässigsten trennt man die Arten am erwachsenen Exemplar mit einem botanischen Bestimmungsschlüssel, nicht anhand eines einzelnen rundlichen Fiederblättchens.

Cardamine californica besitzt deutlich größere Blüten und treibt häufig aus einem Rhizom aus. Das Hirtentäschel Capsella bursa-pastoris bildet dreieckige herzförmige Früchte statt langer schmaler Schoten.

Wenn auf einer kleinen Fläche mehrere Kreuzblütler zusammen wachsen, werden sie nicht gemeinsam gesammelt und pauschal für eine einzige Art erklärt. Herbizidbelastete Straßenränder, von Tieren genutzte Flächen und verschmutzte Bäche scheiden aus.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1493
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1493
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Cardamine+oligosperma

Italienische Distel – zartes Mark geschälter junger Stängel · Carduus pycnocephalus

Carduus pycnocephalus

Zu Beginn des Frühjahrs erscheinen auf offenen kalifornischen Hängen niedrige dunkelgrüne Blattrosetten mit sehr stacheligen Rändern. Später schießen schmale Stängel empor, die an ihren Spitzen mehrere eng beieinanderstehende purpurfarbene Blütenköpfchen tragen. Eine erwachsene Distel wirkt völlig ungenießbar, doch unter der harten stacheligen Außenschicht des jungen Stängels liegt ein weicher Kern. Sein Verzehr ohne Feuer ist für diese Art in mehreren mediterranen Ernährungstraditionen beschrieben.



Carduus pycnocephalus mit stacheligen Blättern, geflügeltem Stängel und dicht gruppierten purpurfarbenen Blütenköpfchen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Italienische Distel gehört zu den Korbblütlern und wächst einjährig, gelegentlich zweijährig. In der Regenzeit bildet sie eine bodennahe Rosette tief eingeschnittener Blätter. Jeder Blattabschnitt endet in einem festen gelblichen Dorn. Die Oberseite der Blätter ist grün, die Unterseite häufig heller. Nach dem Austreiben des Stängels kann die Pflanze einen Meter oder mehr hoch werden, besonders an feuchten Standorten.

Der aufrechte Stängel verzweigt sich oben und trägt entlang seiner Länge vorspringende stachelige „Flügel“, Fortsetzungen des Blattgewebes. An den Zweigspitzen bilden sich meist kleine Gruppen schmaler ovaler Blütenköpfchen. Ihre Hüllblätter enden in scharfen Stacheln, die Blüten selbst sind rosa bis purpurfarben. Reife Achänen besitzen leichte behaarte Flughaare.

Als niedrige Rosette ist die Pflanze nur schwer von mehreren nahen Distelarten zu unterscheiden. Für die Bestimmung helfen die Gestalt des geflügelten Stängels, die Gruppierung der Köpfchen und die Form ihrer stacheligen Hüllblätter. Das erwachsene Exemplar zeigt, welche Art innerhalb eines Bestandes wächst.



Carduus pycnocephalus mit stacheligen Blättern, geflügeltem Stängel und dicht gruppierten purpurfarbenen Blütenköpfchen

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Italienische Distel stammt aus dem Mittelmeergebiet und hat sich in Kalifornien ausgebreitet. UC IPM führt sie besonders für die Nordküste, die westlichen Ausläufer der Sierra Nevada, die San Francisco Bay Area, die Central Coast und weiter südlich gelegene Küstengebirge auf.

Sie wächst auf Weiden, grasigen Hängen, Brachen, an Straßen und entlang offener Zäune. Die Art bevorzugt helle Standorte mit jahreszeitlicher Feuchtigkeit. Im geschlossenen schattigen Wald ist sie untypisch, auf offenen Vorgebirgswiesen kann sie dagegen auffällige Bestände bilden. Neben Weiden und Straßen ist die Sauberkeit des Standorts einschließlich möglicher chemischer Behandlungen besonders wichtig.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Herbst bis Winter. Nach den ersten Regenfällen entwickeln sich neue Rosetten. Junge Blätter und ihre Stacheln sind anfangs weniger hart, müssen aber schon dann sorgfältig geputzt werden.

Frühjahr. Der Stängel verlängert sich und besitzt in der frühen Entwicklungsphase noch weiches inneres Gewebe. Bevor sich feste Blütenköpfchen bilden, ist dies die wichtigste Zeit für eine rohe Nutzung.

Spätfrühjahr bis Sommer. Die Triebe verholzen zunehmend, die Stacheln werden hart und die Samen reifen. Ein ausgewachsener harter Stängel eignet sich für diese Zubereitung nicht mehr.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das Innere des jungen Stängels. Ethnobotanische Forschungen aus Sardinien nennen für Carduus pycnocephalus ausdrücklich den rohen Verzehr von Stängeln. Von einem frischen jungen Stängel wird die äußere stachelige und faserige Schicht vollständig abgezogen, sodass der helle zarte Kern zurückbleibt. Dieser wurde sofort ohne Erhitzen als knackiges saisonales Gemüse gegessen.

Junge Grundblätter. Eine Untersuchung über wilde Blattgemüse im Libanon berichtet auch ihren Rohverzehr, nachdem grobe und stachelige Bestandteile entfernt wurden. Das ist weniger praktisch als das weiche Stängelmark: Bei älteren Rosetten sind die Dornen sehr scharf.

Ausgewachsene stachelige Blätter, Blütenköpfchen und Samen zählen in diesem Artikel nicht zur bestätigten Rohkost. Selbst bei sicherer Artbestimmung müssen sämtliche Dornen entfernt werden. Zurückbleibende harte Stacheln können Mund und Rachen verletzen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Carduus tenuiflorus ist eine nahe verwandte eingeschleppte Distel, die ebenfalls in Kalifornien wächst. Sie trägt meist zahlreichere schmale Köpfchen in dichten Gruppen; die Unterscheidung hängt aber auch von Merkmalen der Hüllblätter und der Triebe ab.

Manche Cirsium-Arten bilden ähnliche stachelige Rosetten, unterscheiden sich jedoch im Aufbau der Flughaare ihrer Achänen und der Hüllblätter. Im Rosettenstadium ist eine sichere Bestimmung nicht immer möglich. Für eine Ernte sollten die Rosetten mit ausgewachsenen blühenden Exemplaren derselben Population verglichen werden. Eine Nahrungstradition für diese bestimmte Art gilt nicht automatisch für irgendeine andere stachelige Pflanze.

QUELLEN

- UC IPM — Italian Thistle: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/italian-thistle/
- Sustainability (2020) — Wild Food Thistle Gathering: https://www.mdpi.com/2071-1050/12/12/5105
- Frontiers in Sustainable Food Systems (2022) — Wild Leafy Vegetables in Lebanon: https://doi.org/10.3389/fsufs.2022.991979
- California Invasive Plant Council — Carduus pycnocephalus: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/carduus-pycnocephalus-profile/

Essbare Mittagsblume – gelbe Küstenblüten und reife Hottentottenfeigen · Carpobrotus edulis

Carpobrotus edulis

An kalifornischen Küstenhängen und entlang alter Wege liegen riesige dichte Teppiche aus fleischigen, im Querschnitt dreikantigen Blättern. Im Frühjahr öffnen sich darüber große leuchtend gelbe Blüten; gegen Ende der Saison findet man zwischen dem Grün eiförmige Früchte. Dies ist Carpobrotus edulis, die aus Südafrika eingeführte Essbare Mittagsblume, deren Früchte auch als Hottentottenfeigen bekannt sind. Sie zählt heute zu den auffälligsten Pflanzen der kalifornischen Küste und verändert die natürlichen Lebensgemeinschaften der Dünen erheblich. Bei sicherer Artbestimmung können ihre vollreifen Früchte und saftigen Blätter ohne Feuer gegessen werden. Die Bedingungen des Sammelns am Strand verlangen jedoch Vorsicht.



Carpobrotus edulis mit dicken dreikantigen Blättern, großer gelber Blüte und reifer fleischiger Frucht

Tangopaso · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein mehrjähriger kriechender Sukkulent. Am Grund verholzen die Triebe; lange saftige Zweige schlagen an ihren Knoten Wurzeln und breiten sich über mehrere Meter aus.

Die Blätter stehen paarweise gegenüber, sind dick und lang gezogen und zeigen im Querschnitt deutlich drei Kanten. Die Blattspitze ist gewöhnlich zugespitzt, die Kanten können sich unter Sonne rötlich färben. Sie sind ganz anders als die flachen Blätter gewöhnlicher Gräser.

An Triebenden erscheinen einzelne mehrere Zentimeter breite Blüten mit zahlreichen schmalen Kronblättern. Carpobrotus edulis blüht vorwiegend gelb; später können die Blüten einen rosafarbenen Ton annehmen. Die Mitte enthält viele Staubblätter.



Carpobrotus edulis mit dicken dreikantigen Blättern, großer gelber Blüte und reifer fleischiger Frucht

Ercé · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Nach der Blüte wächst eine relativ große fleischige Frucht. Zunächst ist sie grün und fest, später gelblich braun, manchmal rötlich und weicher. An der Spitze bleiben Kelchreste erhalten. Im Inneren der reifen Frucht liegt eine kleine Menge schleimigen, süßsäuerlichen Fruchtfleischs mit vielen kleinen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet ungefähr fünftausend Beobachtungen von Carpobrotus edulis in Kalifornien. Besonders häufig wächst die Art in Marin, Mendocino, Monterey, San Francisco, San Mateo, Los Angeles und San Diego.

Ursprünglich wurde sie zur Befestigung von Hängen gepflanzt. Dann breitete sie sich über die Pflanzungen hinaus aus und bedeckt heute stellenweise Dünen und Klippen mit einer geschlossenen grünen Schicht. Im Sacramento Valley sind natürliche Bestände selten: Die Art gehört vor allem zur Meeresküste.

Auf geschützten Dünen bedeutet ihre Häufigkeit nicht, dass man Wege verlassen oder Pflanzen ausgraben darf. In einem dichten Teppich liegt oft viel altes trockenes Holz, während grüne Triebspitzen nach außen weiterwachsen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima bleiben die Blätter ganzjährig an der Pflanze. Im Frühjahr wachsen bei ausreichender Feuchtigkeit neue saftige Spitzen.

Die Blüte fällt überwiegend ins Frühjahr und den Frühsommer. Je nach Küstenabschnitt erscheinen einzelne Blüten auch später. Aus ihnen entwickeln sich allmählich die Früchte. An nebligen Küsten kann sich die vollständige Reife bis zum Spätsommer oder Herbst verzögern.

Für den Rohverzehr ist die weiche reife Frucht geeignet; junge feste Früchte sind stark adstringierend. In der Trockenzeit werden Blattränder oft rot, aber die Blätter verwandeln sich dadurch nicht in saisonale Früchte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich. Das Fruchtfleisch ist mengenmäßig gering, schmeckt süßsäuerlich und leicht salzig. Unreife Früchte sind stark herb. Eine weiche reife Frucht kann vorsichtig aufgeschnitten und ihr Inneres frisch gegessen werden.

Reife Früchte wurden auch natürlich getrocknet; beschädigte oder verschimmelte rohe Früchte werden jedoch nicht verwendet. Der Name „Meeresfeige“ bedeutet nicht, dass die Frucht genauso aufgebaut ist wie eine echte Feige (Ficus carica).

Saftige Blätter. Der artspezifische Lebensmittelratgeber bestätigt auch ihren Rohverzehr, etwa als kleine Zugabe zu kaltem Blattgrün. Sie sind sehr fleischig und schleimig, schmecken salzig-säuerlich und eignen sich eher als Beilage als als Hauptgemüse. Bei salzhaltigen Küstenpflanzen darf kein geringer Salzgehalt vorausgesetzt werden.

Stängel, Wurzeln und unreife herbe Früchte werden hier nicht empfohlen. Rohe Blätter und Früchte aus Bereichen, in denen zur Bekämpfung der invasiven Pflanze Herbizide ausgebracht wurden, sind nicht als Nahrung geeignet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In der Nähe wächst Carpobrotus chilensis, meist mit kleineren rosa oder purpurfarbenen Blüten. Beide Arten können miteinander hybridisieren. Die Art anhand eines einzelnen Blattes ohne Blüte und reife Frucht festzulegen, ist unzuverlässig.

Bei anderen Mittagsblumengewächsen, etwa Mesembryanthemum crystallinum, tragen die Blätter funkelnde Blasenzellen; Blüten und Lebenszyklus unterscheiden sich. Ein Meereshang beweist keineswegs, dass jede saftige Pflanze dort essbar wäre. Manche Ziersukkulenten eignen sich nicht für Nahrung.

Wegen Abwässern, Pestiziden und Mikroplastik muss ein sauberer und rechtlich zulässiger Standort ausgewählt werden. Selbst ein äußerlich sauberer Strand garantiert jedoch keine Schadstofffreiheit.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1660
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1660
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Carpobrotus+edulis

Europäischer Zürgelbaum – kleine süße Steinfrüchte an Stadtbäumen · Celtis australis

Celtis australis

In kalifornischen Stadtpflanzungen und nahe alten Anwesen steht gelegentlich ein Baum mit glatter grauer Rinde, länglichen gezähnten Blättern und winzigen Früchten an dünnen Stielen. Im Herbst färben sich diese Früchte purpurbraun bis fast schwarz. Das ist Celtis australis, der Europäische Zürgelbaum: keine heimische kalifornische Art, doch außerhalb der Kultur vereinzelt nachgewiesen. An seiner reifen Frucht ist die süßliche, etwas mehlige Schicht um einen sehr harten Steinkern essbar.



Celtis australis mit grauer Rinde, länglichen gezähnten Blättern und dunklen Steinfrüchten an dünnen Stielen

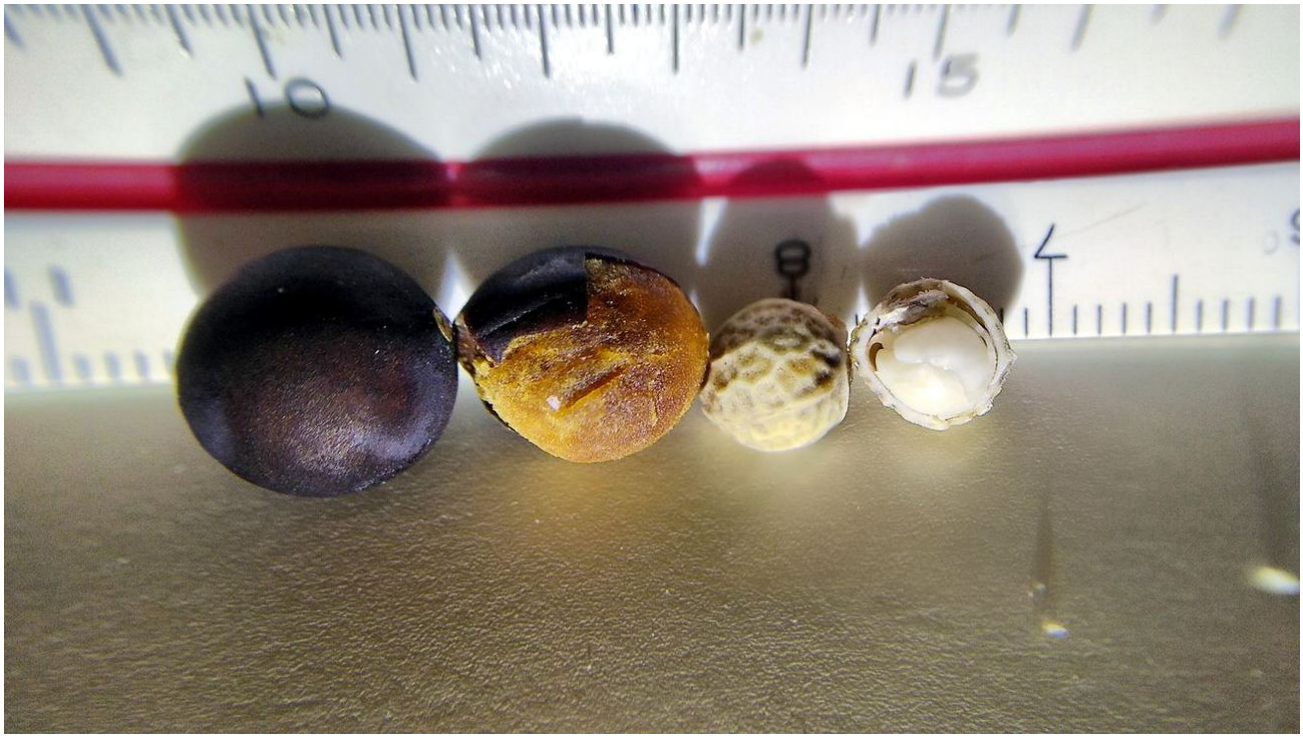
Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum, gewöhnlich zehn bis zwanzig Meter hoch, mit ausladender Krone. Junge Stämme besitzen eine graue, recht glatte Rinde; bei älteren wird sie rissig.

Die wechselständigen Blätter sind länglich, haben eine auffällig ausgezogene spitze Spitze und einen gezähnten Rand. Ihre Basis ist leicht asymmetrisch. Die Blattoberfläche fühlt sich meistens rau an, auf der Unterseite stehen die Blattadern hervor.

Im Frühjahr erscheinen gleichzeitig mit dem jungen Laub unscheinbare grünliche Blüten. Die Früchte sind runde, ungefähr einen Zentimeter große Steinfrüchte an langen dünnen Fruchtstielen. Anfangs grün, werden sie später braun oder dunkelviolett. Ihr Inneres enthält einen einzigen großen, sehr harten Stein.



Celtis australis mit grauer Rinde, länglichen gezähnten Blättern und dunklen Steinfrüchten an dünnen Stielen

Eiku · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Celtis australis als nicht heimische Art Kaliforniens und nennt nur einige Dutzend Beobachtungen. Der Baum steht in älteren Stadtpflanzungen, Parks und gelegentlich als Selbstaussaat in deren Umgebung.

Nach dem Anwachsen kann er die sommerliche Trockenheit in Süd- und Mittelkalifornien gut ertragen. Er ist jedoch kein überall verbreiteter Baum natürlicher Wälder. Man darf ihn nicht mit dem heimischen Celtis reticulata gleichsetzen, der in einem eigenen Artikel beschrieben ist. Auf privaten Grundstücken ist Sammeln nur mit Erlaubnis möglich.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junges Laub und kleine grünliche Blüten erscheinen im Frühjahr. Die zunächst grünen und harten Steinfrüchte wachsen im Sommer. Vor allem vom Spätsommer bis zum Herbst, an kühleren Orten etwas später, werden die Früchte dunkel.

Unreife grüne Früchte sind keine Sammelnahrung. Erst mit vollständiger Reife wird die dünne äußere Fruchtmasse süßlich. Sie bleibt allerdings mengenmäßig gering.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das äußere Fruchtfleisch vollständig reifer Steinfrüchte. Plants For A Future bestätigt für Celtis australis ausdrücklich den Rohverzehr reifer Früchte. Das Fruchtfleisch ist etwas mehlig und trocken, mäßig süß und erinnert mitunter an eine winzige Dattel.

Der harte Stein lässt sich vorsichtig von der Fruchtmasse trennen, bei Bedarf nachdem die reife Frucht in sauberem kaltem Wasser etwas weicher geworden ist. Für die gewöhnliche Ernte muss und soll der Stein nicht aufgebrochen werden.

Eine Abbildung von Eiku auf Wikimedia Commons zeigt die dünne essbare Fruchtschicht und den großen harten Endokarp. Blätter und Rinde sind in dieser Beschreibung keine bestätigte rohe Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der heimische Westliche Zürgelbaum Celtis reticulata wächst gewöhnlich in anderen natürlichen Lebensräumen und unterscheidet sich in Blattgestalt und -struktur. Celtis sinensis ist eine andere, aus Ostasien eingeführte Art mit eigenen Bestimmungsmerkmalen.

Beim Sammeln werden daher nicht nur die dunklen runden Früchte betrachtet, sondern auch die asymmetrischen gezähnten Blätter, die Blattadern, die Fruchtstiele und der Bau der Steinfrucht. Manche Zierbäume besitzen ähnlich aussehende Früchte, deren Fruchtfleisch nicht essbar ist. Die Farbe allein beweist nichts.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9787
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Celtis+australis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Celtis_australis_fruit_and_seed.jpg

Westlicher Zürgelbaum – süße kleine Früchte trockener Canyons · Celtis reticulata

Celtis reticulata

In trockenen Canyons Ost- und Südkaliforniens wächst gelegentlich ein kleiner Baum mit stark gefurchter Rinde. Seine Blätter sehen aus, als sei ein ganzes Netz feiner Adern darauf gezeichnet. Im Herbst hängen an dünnen Stielen kleine dunkle Kugeln mit einer dünnen Schicht süßen Fruchtfleischs. Das ist Celtis reticulata, der Westliche oder Netzblättrige Zürgelbaum, auf Englisch netleaf hackberry.



Celtis reticulata mit stark netzadrigen asymmetrischen Blättern, rauer graubrauner Rinde und kleinen dunklen Früchten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Anders als bei kultivierten Maulbeeren oder Brombeeren besteht jede seiner Früchte aus einer kleinen Steinfrucht mit einem einzigen großen harten Stein, der nur von wenig essbarem Fruchtfleisch umgeben ist.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Netzblättrige Zürgelbaum ist ein sommergrüner Baum. Unter trockenen Bedingungen bleibt er häufig niedrig, besitzt einen krummen Stamm oder mehrere Stämme; auf günstigem Boden erreicht er mehrere Meter, bisweilen annähernd zehn Meter.

Die Rinde alter Stämme ist graubraun, sehr uneben, mit knollenartigen Erhebungen und verschlungenen Narben. Die wechselständigen Blätter sind relativ klein, oval oder eiförmig, mit ausgezogener Spitze und meist im oberen Teil gezähnt. Die Blattbasis ist deutlich asymmetrisch: Eine Seite sitzt oft höher als die andere.



Celtis reticulata mit stark netzadrigen asymmetrischen Blättern, rauer graubrauner Rinde und kleinen dunklen Früchten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Besonders auffällig sind drei Hauptadern, die nahe am Blattstiel beginnen, und viele miteinander verbundene feinere Adern. Gemeinsam bilden sie das typische Netz. Im Frühjahr erscheinen unscheinbare grünliche Blüten, nicht etwa große weiße oder rosa Blütentrauben.

Später entstehen kleine runde Steinfrüchte an dünnen Stielen. Sie sind zuerst grünlich, danach orange-rötlich und schließlich dunkel gefärbt. Im Inneren liegt jeweils ein sehr harter Stein, der den größten Teil des Fruchtvolumens einnimmt.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Celtis reticulata als heimische kalifornische Art, allerdings mit verhältnismäßig wenigen Beobachtungen. Die meisten Nachweise stammen aus San Bernardino, Kern, Inyo, San Diego und Riverside.

Typische Standorte sind felsige Hänge, trockene Canyons, Wüstenvorgebirge, gelegentlich Ufer zeitweiliger Wasserläufe und lichte Pinyon-Wacholder-Wälder. Im Sacramento Valley ist der Baum nicht die gewöhnliche Bepflanzung eines Stadtparks. Für seine natürlichen Standorte führt die Suche eher nach Osten oder Süden.

Kleine Gruppen können dort wachsen, wo ihre Wurzeln wenigstens etwas zusätzliche Feuchtigkeit erreichen. Vögel verzehren möglicherweise einen erheblichen Teil der Früchte, lange bevor das Laub abfällt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit der Erwärmung nach der Winterruhe treiben im Frühjahr neue Blätter aus. Die unscheinbaren Blüten öffnen sich etwa im April oder Mai, mit Verschiebungen durch die Höhenlage.

Im Sommer wachsen die kleinen grünen Früchte und wechseln allmählich ihre Farbe. Der artspezifische Nahrungsführer nennt ungefähr Oktober für die Samenreife. In kalifornischen Canyons sind weiche vollreife Früchte vor allem zum Ende des Sommers und im Herbst zu erwarten.

An einem Baum können gleichzeitig grüne, rötliche und dunkle Steinfrüchte hängen. Mit sinkenden Temperaturen beginnt der Laubfall. Manche trockeneren Früchte bleiben danach an den Zweigen. Eine alte runzlige Frucht ist jedoch nicht automatisch sicher, wenn sie schimmelt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur das äußere Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Celtis reticulata. Das Fruchtfleisch ist süß, aber sehr dünn und manchmal trocken. Man kann die kleine Frucht vorsichtig mit den Lippen oder Fingern zerdrücken und die weiche Partie von dem großen Stein lösen.

Den Stein ganz zu verschlucken oder aufzubrechen, um den Kern zu gewinnen, ist weder erforderlich noch empfohlen. Die artspezifische Quelle beschreibt die essbare Partie gerade als Fruchtfleisch. Der Geschmack erinnert gelegentlich an Trockenfrüchte.

Getrocknete vollreife Früchte. Der Artenführer erwähnt die Möglichkeit, Früchte für den Winter zu trocknen. Ohne Feuer kommen nur sauber und vollständig getrocknete, schimmelfreie Früchte infrage. Da die Fruchtschicht dünn ist, liefert der Baum keine große Menge weicher Nahrung. Blätter, Blüten, Zweige und der Samenkern sind hier keine bestätigte rohe Nahrung.

Gesammelt wird auf sauberem, zugänglichem Gelände ohne Straßenstaub und verschmutzten Oberflächenabfluss. Verdorbene Früchte lässt man den Vögeln.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Celtis sinensis, der Chinesische Zürgelbaum, wird in kalifornischen Städten angepflanzt. Er ist häufig höher und besitzt andere Rinden- und Blattmerkmale; seine Früchte sind ebenfalls klein, doch stammt der Baum aus Ostasien.

Celtis occidentalis zeichnet sich durch andere Blätter und eine andere Rindenstruktur aus. Manche Zürgelbäume sind ohne Blüten und Früchte schwer zu trennen. Entscheidend sind die Kombination aus netzartiger Aderung, asymmetrischem Blattgrund, Fruchtbau und Verbreitungsgebiet.

Noch wichtiger ist, kleine runde Früchte nicht mit unbekannten rotfrüchtigen Sträuchern gleichzusetzen: Fruchtstiel, Steinfrucht und die Blätter müssen nachweislich zu demselben Baum gehören.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1838
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1838
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Celtis+reticulata

Chinesischer Zürgelbaum – kleine dunkle Früchte an Stadtstraßen · Celtis sinensis

Celtis sinensis

An kalifornischen Straßen werden häufig Bäume mit einer dichten runden Krone und relativ kleinen glatten Blättern gepflanzt. Im Herbst sieht man darunter manchmal winzige orangefarbene oder dunkelpurpurne Kugeln, die an kleine Kirschen erinnern. Das ist Celtis sinensis, der Chinesische Zürgelbaum oder Chinese hackberry, ein Baum aus Ostasien.



Celtis sinensis mit rundlicher Stadtbaumkrone, kleinen gezähnten Blättern und orange bis purpurnen Steinfrüchten

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Seine vollreifen Früchte sind roh essbar. Die Fruchtfleischmenge ist sehr gering, schmeckt aber etwas süßlich. Für die Natur um Sacramento muss die Einordnung deutlich bleiben: Es ist vor allem ein gepflanzter Stadtbaum und kein ursprünglicher Bewohner kalifornischer Gebirge.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum mit einem oder mehreren Stämmen und einer runden bis schirmförmigen Krone. In der Stadtbegrünung erreicht er häufig zehn bis zwanzig Meter Höhe.

Die Rinde ist grau, bei jungen Bäumen recht glatt, bei älteren stellenweise fleckig und mit vereinzelten Narben. Die wechselständigen Blätter sind relativ klein und oval zugespitzt. Drei Hauptadern beginnen nahe der Basis; Zähne sitzen überwiegend in der oberen Hälfte des Blattrandes. Der Blattgrund kann leicht asymmetrisch sein.



Celtis sinensis mit rundlicher Stadtbaumkrone, kleinen gezähnten Blättern und orange bis purpurnen Steinfrüchten

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr erscheinen winzige, unscheinbare grünliche Blüten ohne auffällige Kronblätter. Aus ihnen entstehen kleine runde Steinfrüchte an dünnen Stielen. Sie sind zuerst grün, werden zum Herbst orange-rötlich und anschließend gelegentlich purpurn bis fast schwarz. Innen liegen ein relativ großer harter Stein und darum eine dünne süßliche Fruchtschicht.

Im Herbst vergilben die Blätter und fallen ab, während einzelne Früchte noch an den Zweigen hängen können.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

California State University Stanislaus beschreibt den Chinesischen Zürgelbaum als Zierbaum auf dem Campus. Ein historischer Überblick der University of California, Davis, nennt ebenfalls Straßenpflanzungen von Celtis sinensis in UC Davis und seine Eignung für städtische Bedingungen.

Calflora führt die Art in der kalifornischen Pflanzenliste; das macht sie jedoch nicht heimisch. Im Sacramento Valley stehen einzelne Bäume in angelegtem Grün, besonders bei Universitäten, Parks und an älteren Straßen.

In einem natürlichen Wüstencanyon ist dagegen der heimische Celtis reticulata wesentlich wahrscheinlicher. Ein Stadtbaum darf nicht ohne Weiteres beerntet werden, auch wenn seine Früchte auf den Gehweg fallen. Eigentumsrechte, chemische Behandlung und Verschmutzung spielen eine Rolle.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr öffnen sich frische Blätter und kleine grünliche Blüten. Die jungen Fruchtansätze wachsen im Sommer. Plants For A Future nennt ungefähr Oktober für die Samenreife.

In Kalifornien können erwachsene fruchtende Stadtbäume bereits im Spätsommer und Herbst orangefarbene oder purpurne vollreife Steinfrüchte tragen. An einem Baum zeigen die Früchte unterschiedliche Farbstadien. Entscheidend sind vollständige Reife und weiches Fruchtfleisch.

Auch nach dem Laubfall können Früchte hängen bleiben. Eine Frucht, die längere Zeit auf einem verschmutzten Gehweg lag, kann verderben. Ihre bloße Anwesenheit auf der Straße bedeutet nicht, dass sie für Nahrung geeignet ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das Fruchtfleisch vollreifer Früchte. Plants For A Future bestätigt für Celtis sinensis ausdrücklich den Rohverzehr. Die wenige Millimeter großen Früchte besitzen je einen großen harten Stein. Die äußere Fruchtmasse ist dünn, gewöhnlich süß und ein wenig trocken oder mehlig.

Die Frucht ist daher keine winzige saftige Pflaume. Man kann die weiche reife Außenschicht ablösen und frisch essen, ohne den Stein aufzubeißen. Für eine spürbare Portion braucht man viele Früchte.

Was nicht zur Nahrung zählt: PFAF beschreibt die Blätter dieser Art überwiegend nach dem Kochen oder für heiße Getränke. Ein eigenständiger zuverlässiger Nachweis ihres rohen Verzehrs liegt in dieser Quelle nicht vor. Daher werden die Blätter nicht als Kaltsalat empfohlen. Samenkern, Rinde und Zweige sind ebenfalls keine Nahrung.

Roh gesammelt wird ausschließlich an einem sauberen, zugänglichen und nicht chemisch behandelten Baum. Früchte neben stark befahrenen Straßen, unter Autos oder auf behandelten Rasenflächen sind ungeeignet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Celtis reticulata ist der heimische Westliche Zürgelbaum. Seine Blätter zeigen ein besonders auffälliges Netz feiner Adern, die Rinde ist oft knollig, und sein natürliches Verbreitungsgebiet liegt in trockenen südlichen Canyons.

Celtis occidentalis stammt ebenfalls aus Nordamerika, hat andere Blatt- und Rindenmerkmale und wird gelegentlich gepflanzt. Die Blätter von Celtis sinensis können außerdem denen einer Ulme ähneln. Ulmen bilden jedoch normalerweise geflügelte Samaras und keine kleinen Steinfrüchte mit einem großen harten Stein.

Der Baum darf nicht allein anhand der herbstlichen Fruchtfarbe bestimmt werden. Blätter, unscheinbare Blüten, Rinde und die Herkunft der Pflanzung werden gemeinsam geprüft.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/species/sci-C.html
- https://www.csustan.edu/campus-tree-story-map/chinese-hackberry-celtis-sinensis
- https://library.ucdavis.edu/wp-content/uploads/2022/02/Celtis.pdf
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Celtis+sinensis

Westlicher Judasbaum – rosa Blüten an kahlen Zweigen · Cercis occidentalis

Cercis occidentalis

Im frühen Frühjahr blüht an den trockenen Vorgebirgshängen Kaliforniens gelegentlich ein kleiner, fast noch blattloser Baum. Seine alten Zweige bedecken sich plötzlich mit dichten rosa-purpurnen Blüten. Einige Wochen später entfalten sich runde herzförmige Blätter; anstelle der Blüten hängen dann dünne grüne Hülsen.



Cercis occidentalis mit rosa-purpurnen Blütengruppen an noch blattlosen Zweigen und später herzförmigen Blättern

John Comeau · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Cercis occidentalis, der Westliche Judasbaum oder kalifornische Redbud. Ein artspezifischer Nahrungsführer bestätigt den Rohverzehr seiner Blüten und jungen biegsamen Hülsen. Interessant für ein Leben ohne Feuer sind gerade diese kurzen saisonalen Phasen, nicht die reifen trockenen Samen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch oder kleiner Baum mit mehreren Stämmchen, häufig bis etwa drei bis fünf Meter hoch. Die Rinde älterer Zweige ist graubraun, die Zweige sind dünn und reich verzweigt.

Noch vor dem Laubaustrieb erscheinen direkt am älteren Holz zahlreiche leuchtende schmetterlingsförmige Blüten. Sie haben mehrere unterschiedlich geformte Kronblätter, rosa bis purpurfarben, und stehen in kurzen Gruppen unmittelbar an den Zweigen.



Cercis occidentalis mit rosa-purpurnen Blütengruppen an noch blattlosen Zweigen und später herzförmigen Blättern

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Erst später wachsen die nahezu runden Blätter, am Grund herzförmig eingebuchtet und mit glattem Rand. Sie sind einige Zentimeter breit. Der Blattstiel setzt an der tiefen Einbuchtung an.

Nach der Bestäubung entwickeln sich flache grüne Hülsen, die kleinen dünnen Plättchen ähneln. Darin zeichnet sich eine Reihe runder Samen ab. Beim Reifen werden die Hülsen braun und trocken und können lange an den Zweigen hängen. Im Sommer ist der Baum grün, im Herbst vergilbt das Laub. Zur Bestimmung helfen sowohl die Blüten als auch das charakteristische Blatt.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Cercis occidentalis als heimische kalifornische Art auf, mit Nachweisen unter anderem aus Sacramento, Placer, Yolo, El Dorado, Butte, Shasta, Tulare und vielen südlichen Countys.

Der Baum ist typisch für lichte Eichenwälder, Canyons, die Vorgebirge der Sierra Nevada und Küstengebirge. Er wächst an sonnigen und leicht beschatteten Hängen.

Im heißen städtischen Tiefland wird er häufiger als Zierbaum gepflanzt. Natürliche Populationen existieren jedoch in der weiteren Region. Auf einzelnen Vorgebirgshängen ist die Frühlingsblüte schon aus der Ferne sichtbar; der Baum bildet aber keine überall dichten Wälder. Von privaten Zierpflanzungen und geschützten Wegen werden ohne Erlaubnis keine Blüten genommen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In warmen tieferen Vorgebirgen beginnt die Blüte gewöhnlich im März, nach einem milden Winter manchmal bereits Ende Februar. Sie dauert bis in den April. An höher gelegenen Orten erscheinen die rosa Blüten später.

Die zarten Kronblätter und jungen Blütengruppen stehen nur wenige Wochen zur Verfügung. Anschließend wachsen die jungen grünen Hülsen, die gegen Ende des Frühjahrs und manchmal noch zu Beginn des Sommers weich bleiben.

Mit zunehmender Samengröße wird die Hülse fester und allmählich braun. Reife trockene Hülsen können bis in Herbst und Winter am Baum bleiben, sind aber nicht die gleiche Nahrung wie junge flexible Hülsen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Rosa bis purpurfarbene Blüten. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr. Sie schmecken leicht süßsäuerlich, manchmal ein wenig erbsenartig, und können frisch mit kaltem Blattgrün gegessen werden. Von einem kleinen Baum sollten nicht sämtliche Blüten entfernt werden, da sie sich zu Früchten entwickeln und auch Insekten Nahrung bieten.

Junge grüne flexible Hülsen. Derselbe Artenführer bestätigt gesondert ihren rohen Verzehr, solange die Hülse leuchtend grün ist und sich leicht biegen lässt. Der Geschmack ist etwas erbsenartig, manchmal leicht herb.

Botanisch sind dies echte Hülsenfrüchte. Die Essbarkeit ihrer jungen Hülsen darf jedoch nicht automatisch auf reife getrocknete Samen übertragen werden. Wenn die Hülle braun und hart wird, sind Samen und Hülse keine empfohlene Rohkost mehr.

Blätter, Rinde, Wurzeln und trockene Samen werden in diesem Artikel nicht gegessen. Blüten eines chemisch behandelten Zierbaums können Rückstände tragen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der angepflanzte Östliche Judasbaum Cercis canadensis besitzt ebenfalls herzförmige Blätter und rosa Blüten. Gartenformen unterscheiden sich unter anderem in Wuchs und Blütenfärbung. Bei Cercis occidentalis sind die Blätter oft etwas fester und runder, und der Baum ist besser an trockene Bedingungen angepasst.

Andere rosa blühende Bäume, beispielsweise Prunus-Arten, haben einen anderen Blütenbau und bilden keine flachen Hülsen. Für eine sichere Bestimmung sollten die echten Hülsenfrüchte zusammen mit den Blättern betrachtet werden.

Die Essbarkeit der Blüten und Hülsen dieser Art lässt sich nicht auf irgendwelche anderen Hülsenfrüchtler übertragen. Auch eine richtig bestimmte Pflanze wird nicht unmittelbar an stark befahrenen Straßen beerntet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1877
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1877
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cercis+occidentalis

Schmalblättriges Weidenröschen – zarter Frühlingsaustrieb · Chamerion angustifolium

Chamerion angustifolium

Wo vor Kurzem ein Waldbrand, ein Holzeinschlag oder eine Schneelawine die Vegetation geöffnet hat, können im Sommer ganze Felder hoher rosa-purpurner Blütenkerzen aufsteigen. Das ist das Schmalblättrige Weidenröschen, eine mehrjährige Pflanze nördlicher Wälder und Gebirgswälder.



Chamerion angustifolium mit hohen aufrechten Stängeln und langen rosa-purpurnen Blütentrauben

Alpsdake · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im frühen Frühjahr sind seine jungen Triebe noch weich. Später öffnen sich im oberen Teil der hohen Stängel zahlreiche Blüten. Für eine Ernährung ohne Feuer eignen sich nur bestimmte zarte Teile, nicht der gesamte ausgewachsene Stängel.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde krautige Pflanze mit langen unterirdischen Rhizomen, häufig ein bis zwei Meter hoch. Die Stängel stehen aufrecht und sind überwiegend unverzweigt.

Die schmal lanzettlichen Blätter stehen wechselständig. Sie erreichen mehrere Zentimeter Länge und mehr und besitzen eine gut sichtbare helle Mittelader.



Chamerion angustifolium mit hohen aufrechten Stängeln und langen rosa-purpurnen Blütentrauben

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im oberen Stängelabschnitt bildet sich eine längliche Traube mit zahlreichen Blüten. Jede besitzt vier breite rosa oder purpurfarbene Kronblätter, vier Kelchblätter, lange Staubblätter und eine vierlappige Narbe.

Nach der Blüte entstehen dünne lange Kapseln. Bei der Reife öffnen sie sich und lassen zahlreiche Samen mit langen seidig weißen Haaren frei.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erkennt Chamerion angustifolium als heimische kalifornische Art an und verzeichnet mehr als tausend Beobachtungen. Es wächst in kühlen nördlichen Nadelwäldern, in der Sierra Nevada, auf feuchten Lichtungen, an Bergbächen und auf Flächen nach Waldbränden.

Besonders zahlreich kann es dort sein, wo die Waldkrone vor Kurzem geöffnet wurde und genügend Bodenfeuchtigkeit erhalten blieb. Im heißen ebenen Sacramento ist es keine gewöhnliche Nahrungspflanze.

Auf Brandflächen werden keine Pflanzen in der Nähe von Asche behandelter Gebäude oder anderer potenziell verunreinigter Erde gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Triebe erscheinen nach der Schneeschmelze und der Erwärmung des Bodens im Frühjahr. Solange sie nur wenige Zentimeter hoch sind, sind Blätter und Spitzen viel zarter als später.

Im Juni und Juli wachsen die Pflanzen in die Höhe und bilden Blütentrauben; an höher gelegenen Hängen kann die Blüte bis August und September dauern. Nach der Reife der Kapseln vergilben die Blätter, während das unterirdische Rhizomsystem bis zur nächsten Saison bestehen bleibt.

Für rohe Nahrung ist die kurze frühe Wachstumsphase entscheidend.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Sehr junge Blätter und Triebspitzen. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr, warnt aber auch vor möglicher Schleimhautreizung und Bitterkeit durch Oxalate. Am besten eignen sich nur ganz kleine weiche Triebspitzen in geringen Mengen, solange kein Brennen oder unangenehmes Gefühl im Mund auftritt.

Das zarte innere Mark junger Stängel. Dieses ist gesondert als roh essbar genannt. Man gewinnt es aus einem noch nicht verholzten Stängel.

Große ausgewachsene Blätter, harte Rhizome und alte Stängel sind keine zuverlässige Rohkost. Blüten werden in der Quelle zwar als essbar beschrieben, besitzen aber oft einen seifigen oder bitteren Geschmack. Sie sind hier nicht der Hauptteil der Ernährung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Das Weidenröschen ist an seinen langen Trauben mit vierblättrigen rosa Blüten zu erkennen. Viele Epilobium-Arten haben deutlich kleinere Blüten, teilweise eingekerbte Kronblätter und anders angeordnete Blütenstände.

Junge noch nicht blühende Triebe sind schwerer zu bestimmen, insbesondere in gemischter feuchter Vegetation. Verlässlicher ist es, einen Standort anhand blühender ausgewachsener Pflanzen zu erkennen und dort im nächsten Jahr den jungen Austrieb zu prüfen.

Eine Pflanze wird nicht allein deshalb roh gegessen, weil sie auf einer frisch abgebrannten Fläche wächst.

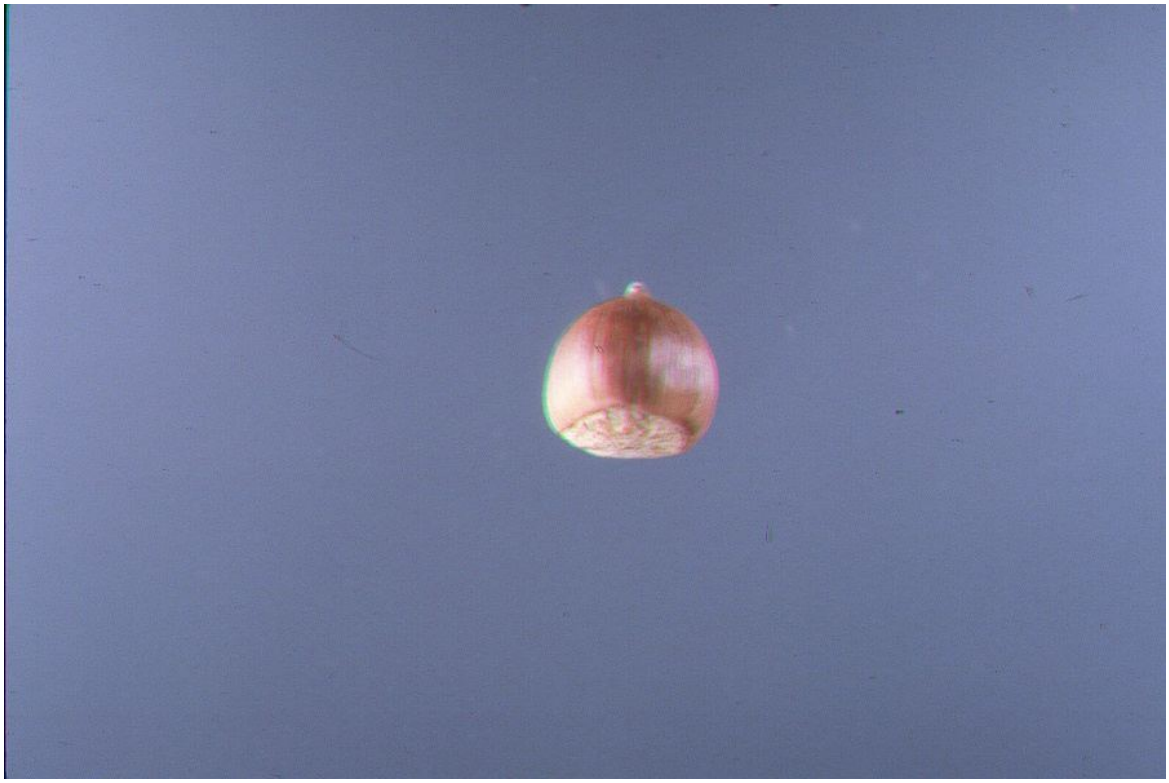
QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9065
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Chamaenerion+angustifolium

Goldener Chinquapin – rohe Nüsse aus stacheligen Hüllen · Chrysolepis chrysophylla

Chrysolepis chrysophylla

An Waldhängen Nord- und Mittelkaliforniens wächst zwischen Eichen, Redwoods und Nadelbäumen ein immergrüner Chinquapin mit dunkelgrünen Blättern. Dreht man ein Blatt um, zeigt seine Unterseite einen dichten goldfarbenen Filz. Im Herbst hängen stachelige Kugeln an den Zweigen, in denen kleine süße Nüsse verborgen sind.



Chrysolepis chrysophylla mit dunklen ledrigen Blättern, goldfilziger Unterseite und stacheligen Nusshüllen

USDA Forest Service (kein einzelner Autor angegeben) · Public domain · Wikimedia Commons

Das ist Chrysolepis chrysophylla, der Goldene oder Riesen-Chinquapin. Seine Nusskerne sind ausdrücklich als Nahrung ohne Feuer bestätigt. Beim Sammeln ist jedoch Vorsicht nötig: Die sehr scharfen Borsten der Fruchthülle können in die Haut eindringen, und die harte Nussschale muss mechanisch geöffnet werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Chinquapin wächst als etwa zehn bis zwanzig Meter hoher Baum oder, besonders auf nährstoffarmen steinigen Böden, als großer Strauch. Die Stammrinde ist graubraun und wird im Alter uneben.

Die wechselständigen ledrigen Blätter sind schmal oval bis länglich, ganzrandig, oben dunkelgrün und leicht glänzend. Ihre Unterseite wirkt wie mit goldenem Filz bedeckt.



Chrysolepis chrysophylla mit dunklen ledrigen Blättern, goldfilziger Unterseite und stacheligen Nusshüllen

Themodoccypress · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Männliche Blüten stehen in langen dünnen Kätzchen, die in der warmen Jahreszeit an den Triebenden erscheinen. Unscheinbare weibliche Blüten sitzen in der Nähe ihrer Basis. Nach der Bestäubung entwickeln sich dichte runde Fruchthüllen, die Cupulae, mit zahlreichen scharfen verzweigten Stacheln.

Wenn die Hüllen braun werden und aufplatzen, findet man darin eine oder mehrere Nüsse mit glatter harter brauner Schale. Die Nüsse sind klein, häufig ungefähr einen Zentimeter groß, und enthalten einen hellen süßlichen Kern.

In manchen Populationen bleiben die Pflanzen niedrig. Blätter, Kätzchen und stachelige Fruchthüllen behalten aber die wichtigsten Merkmale der Art.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Chrysolepis chrysophylla als heimische kalifornische Art, unter anderem in Redwood Forest, Closed-cone Pine Forest, Yellow Pine Forest und Chaparral.

Besonders typisch sind feuchte bis mäßig trockene bewaldete Küstenhänge, darunter die Santa Cruz Mountains, die North Coast und einzelne Waldgebiete der Sierra Nevada.

Auf offenen Rasenflächen im Sacramento Valley wächst diese Art nicht häufig. Sie benötigt geeignete Waldhänge und passende, oft saure Böden.

Es existieren unterschiedliche Wuchsformen. Ein niedriger Strauch muss nicht zwingend eine andere Art sein. Auf passenden Flächen tragen einzelne Bäume viele Nüsse. Eichhörnchen und Vögel verzehren jedoch häufig schon vor dem vollständigen Abfallen einen großen Teil der Ernte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte findet im Sommer statt. Dann erscheinen helle Kätzchen an jungen Trieben. Die stacheligen Nussfruchthüllen entwickeln sich länger als ein Jahr. Plants For A Future gibt an, dass die Samen nach zwei Sommersaisons reifen.

Braun werdende stachelige Früchte fallen besonders gegen Ende des Sommers und im Herbst auf. An einem Baum können zugleich grüne Hüllen verschiedener Altersstufen und bereits reife braune Hüllen sitzen.

Das bedeutet nicht, dass alle essbar sind: Eine frisch grüne Hülle kann eine noch unreife Nuss enthalten. Für rohe Nahrung wählt man vollständig gereifte Nüsse mit harter Schale, die sich bereits aus einer aufspringenden Hülle lösen lassen.

Während regnerischer Herbstwochen werden abgefallene Nüsse schnell nass und können verderben.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Der reife helle Nusskern. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass die Samen von Chrysolepis chrysophylla roh gegessen werden können. Sie schmecken mild und süßlich, ein wenig wie Haselnüsse. Die reife Nussschale ist allerdings hart.

Zunächst löst man die Nuss mit kräftigen Handschuhen oder einem geeigneten Werkzeug aus der stacheligen Hülle. Anschließend wird die glatte Nussschale ohne Feuer mechanisch aufgebrochen und der helle Kern entnommen. Der Kern kann frisch gegessen oder zerdrückt und ohne Erhitzen unter andere trockene Lebensmittel gemischt werden.

Die stachelige Fruchthülle und die Nussschale sind keine Nahrung.

Sammeln und Aufbewahren. Es sollten nur reife, bereits abgefallene Nüsse aufgelesen werden, ohne lebende Zweige abzubrechen. Dunkle weiche Kerne, ranziger Geruch und Schimmelflecken bedeuten Verderb. Im feuchten Küstenwald ist eine längere Lagerung ohne Trocknung und Lüftung unzuverlässig.

In Nahrungsquellen werden auch Kochen und die Herstellung von Mehl erwähnt. Diese Verfahren sind hier nicht nötig: Es geht ausschließlich um den reifen rohen Kern. Blätter und Blütenkätzchen dienen zur Bestimmung, werden aber in dieser artspezifischen Quelle nicht als rohe Nahrung beschrieben.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Chrysolepis sempervirens, der Strauch-Chinquapin, ist gewöhnlich viel niedriger, wächst in höheren offenen Berggesellschaften und besitzt ähnliche stachelige Fruchthüllen.

Die Kultur-Esskastanie Castanea sativa hat größere, scharf gezähnte Blätter und wesentlich größere Nüsse. Notholithocarpus densiflorus, der Tanoak, besitzt ebenfalls goldene Haare auf der Blattunterseite, bildet jedoch Eicheln in schalenartigen Bechern, keine kugeligen stacheligen Fruchthüllen.

Für eine sichere Bestimmung müssen ganzrandige ledrige Blätter mit goldener Unterseite, sommerliche Kätzchen und echte stachelige Nussfruchthüllen gemeinsam vorliegen.

Die Stacheln können selbst durch dünnes Gewebe verletzen. Fruchthüllen werden deshalb nicht mit bloßen Händen aufgelesen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2069

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Chrysolepis+chrysophylla
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Castanopsis_chrysophylla.jpg

Strauch-Chinquapin – süße rohe Kerne in Bergfrüchten · Chrysolepis sempervirens

Chrysolepis sempervirens

Auf sonnigen steinigen Hängen der Sierra Nevada steht unter Nadelbäumen manchmal ein dichter niedriger immergrüner Strauch mit festen Blättern. Gegen Ende der Saison erscheinen zwischen dem Grün kleine stachelige Kugeln, die an Miniaturen von Kastanienhüllen erinnern.



Chrysolepis sempervirens als niedriger immergrüner Bergstrauch mit goldenen Blattunterseiten und stacheligen Nussfrüchten

USDA Forest Service (Fotograf nicht genannt) · Public domain · Wikimedia Commons

Das ist Chrysolepis sempervirens, der Strauch- oder Sierra-Chinquapin. Unter den scharfen nadelförmigen Stacheln verbirgt sich eine, manchmal mehrere kleine essbare Nüsse. Ihre Kerne können roh gegessen werden. Beim Herauslösen darf die stachelige Außenhülle jedoch nicht die Haut berühren.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein immergrüner ausladender Strauch, meist einige Dutzend Zentimeter bis etwa anderthalb Meter hoch, an besonders guten Standorten manchmal zwei bis drei Meter.

Die alten verholzten Zweige sind stark verzweigt und liegen oft dicht über dem Boden. Die wechselständigen Blätter sind ledrig, länglich oder verkehrt eiförmig und ganzrandig. Die Oberseite ist grün, während die Unterseite durch einen dichten Belag winziger Haare goldrot oder gelbgrau wirkt.



Chrysolepis sempervirens als niedriger immergrüner Bergstrauch mit goldenen Blattunterseiten und stacheligen Nussfrüchten

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer entwickeln sich an den Zweigenden männliche Kätzchen mit zahlreichen kleinen Blüten sowie weniger auffällige weibliche Blüten. Danach bildet sich eine stachelige Fruchthülle, die Cupula, mit vielen scharfen festen Fortsätzen.

Darin befindet sich gewöhnlich eine Nuss, manchmal zwei oder drei, mit glatter harter Schale. Die Hülle ist zunächst grün, wird später braun und öffnet sich. Die Nuss ist klein, ihr Kern aber süß und angenehm im Geschmack.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Chrysolepis sempervirens als heimische Pflanze kalifornischer Berggesellschaften und verzeichnet fast zweitausend Beobachtungen.

Die Art wächst in der Sierra Nevada, auf trockenen Bergkämmen, in lichten Kiefern- und Tannenwäldern und stellenweise in subalpinen Gesellschaften. Der USDA Forest Service beschreibt ausgedehnte Gruppen auf Hängen und Höhenrücken.

Für die Region Sacramento gehört die Suche nach dieser Pflanze zu Bergtouren oberhalb der städtischen Talebene. In bewaldeten Küstengebirgen wächst häufiger der andere Chinquapin, Chrysolepis chrysophylla.

Der Strauch kann örtlich häufig sein. Trotzdem fällt die Nussernte manchmal gering aus, weil die Saison kurz ist, die Nüsse klein sind und Tiere sie vor den Menschen sammeln.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Sommer, gewöhnlich von Juli bis September, erscheinen Kätzchen und unscheinbare weibliche Blüten.

Nach Angaben des USDA Forest Service entwickelt sich die Nuss während zweier Sommer. Sie reift im späten zweiten Sommer oder zu Beginn des Herbstes, während die Fruchthüllen sich eher zur Herbstmitte öffnen.

Für eine praktische Ernte sind September und Oktober besonders wichtig; Höhenlage und Wetter können die Zeiten verändern. Eine grüne stachelige Hülle kann eine unreife weiche Nuss enthalten. Diese ist noch keine reife Nahrung.

Sobald die Hülle braun wird und aufspringt, lässt sich die fertige Nuss leichter entdecken. Bis zum Winter haben Vögel und Nagetiere bereits einen großen Teil der Ernte fortgetragen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Der reife geschälte Nusskern. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Chrysolepis sempervirens ausdrücklich. Der kleine Kern schmeckt süßlich, ähnlich einer Haselnuss.

Ohne Feuer geht man so vor: Zuerst wird eine ganz reife bereits geöffnete stachelige Hülle gefunden. Mit einem Werkzeug oder festen Handschuhen löst man die Nuss daraus. Danach knackt man die harte Nussschale und nimmt den hellen inneren Kern heraus. Die stachelige Hülle selbst wird niemals gegessen.

Ein frischer Kern lässt sich einzeln essen oder zerdrücken und kalt unter anderes Essen mischen.

Aufbewahrung reifer Nüsse. Von der stacheligen Hülle befreite unbeschädigte Nüsse lassen sich eine Weile trocken und kühl halten. Feuchtigkeit führt schnell zu Schimmel. Ranzig riechende Kerne sind ungeeignet.

Um den Tieren nicht die ganze Ernte zu nehmen und lebende Sträucher nicht zu beschädigen, sollte nur ein Teil der bereits gelösten reifen Nüsse gesammelt werden.

Blätter, Kätzchen und Rinde gehören nicht zur Nahrungsliste. Botanische Quellen nennen weitere Anwendungen, doch im Mittelpunkt dieses Artikels stehen allein die reifen rohen Kerne.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Chrysolepis chrysophylla, der Riesen-Chinquapin, wächst öfter als hoher Baum oder großer Strauch, hat größere Blätter und kommt eher in nördlichen und küstennahen Wäldern vor.

Die Kultur-Esskastanie Castanea sativa besitzt ebenfalls eine stachelige Hülle, jedoch längere Blätter mit kräftigen spitzen Zähnen und in der Regel erheblich größere Nüsse.

Auf einem Berghang gibt es auch andere Sträucher mit stacheligen Früchten, aber ohne essbare Kerne. Eine runde Stachelkugel allein ist deshalb kein Beweis. Zur Bestimmung gehören die ledrigen Blätter mit goldener Unterseite, die männlichen Kätzchen und die reife Fruchthülle.

Beim Sammeln werden die Hände geschützt; in Naturschutzgebieten sind die örtlichen Regeln einzuhalten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2072
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/chrsem
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Chrysolepis+sempervirens
- https://dendro.cnre.vt.edu/dendrology/syllabus/factsheet.cfm?ID=1150

Gewöhnliche Wegwarte – blaue Blüten und bitteres junges Blattgrün · Cichorium intybus

Cichorium intybus

Im Sommer stehen auf trockenen kalifornischen Straßenrändern und verlassenen Feldern hohe, beinahe blattlose Stängel. An ihnen öffnen sich am Morgen reinblaue Blütenköpfchen, die sich gegen Mittag häufig wieder schließen.



Cichorium intybus mit hoher verzweigter Pflanze, blauen Blütenköpfchen und gezähnten bodennahen Blättern

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist Cichorium intybus, die Gewöhnliche Wegwarte oder der Wilde Chicorée, eine eingeschleppte ausdauernde Pflanze mit tief reichender Pfahlwurzel. Obwohl die Sommerblüten am auffälligsten sind, erscheint der wichtigste ohne Feuer essbare Teil wesentlich früher: die jungen Grundblätter während kühlen feuchten Wetters.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Während der ersten Wachstumsphase bildet die Wegwarte eine Rosette länglicher Blätter mit tiefen Zähnen oder Lappen, die an Löwenzahn erinnern. Ihre Oberfläche kann rau und behaart sein. Zur Basis werden die Blätter schmaler. An der Unterseite der Mittelader sind mitunter feine Haare zu erkennen.

Bei Verletzung grüner Pflanzenteile tritt weißer Milchsaft aus.



Cichorium intybus mit hoher verzweigter Pflanze, blauen Blütenköpfchen und gezähnten bodennahen Blättern

Kristian Peters (Fabelfroh) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Später wächst aus der entwickelten Wurzel ein fester aufrechter, stark verzweigter Stängel, ungefähr einen halben bis anderthalb Meter hoch. Er trägt relativ wenige kleinere lanzettliche Blätter.

Die Blütenköpfchen sitzen an Seitenzweigen und in Blattachseln. Sie bestehen aus zungenförmigen blauen, seltener weißlichen oder rosafarbenen Blüten. Die Spitzen der Zungenblüten tragen kleine Zähnchen.

Nach dem Verblühen entstehen trockene Achänen, keine saftigen Beeren und keine Schoten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Cichorium intybus in vielen kalifornischen Countys, darunter Sacramento, Placer, Yolo, Solano, Sonoma und Küstenregionen.

Mehr Funde liegen auf gestörten Flächen, Feldern, Straßenrändern und Weiden als in ungestörten Wäldern. Die Wegwarte verträgt sonnige Standorte und ist dank der tiefen Wurzel auch als trockenheitsbeständig bekannt. Weiches für Nahrung geeignetes Laub wächst jedoch besser in kühlem Wetter.

Im Sacramento Valley sind blaue Blüten häufig im Juni bis September auffälliger als die grundständige Rosette, deren Blätter dann bereits grob geworden sind. Bewässerte Stellen können länger grünes Laub behalten.

Von landwirtschaftlichen Feldern und städtischen Straßenrändern wird wegen chemischer Behandlung und Verschmutzung nicht roh gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Herbstregen wachsen im kalifornischen Tiefland neue Blätter aus dem Wurzelbereich. Von November bis März, teilweise bis April, findet man junge Rosetten. An der kühlen Küste kann bei genügend Feuchtigkeit auch zu anderen Zeiten frisches Grün entstehen.

Vom späten Frühjahr an verlängern sich die Stängel. Zwischen Juni und September öffnen sich die blauen Blütenköpfchen, bei ausreichender Feuchtigkeit manchmal auch später.

Die Blüten sind gewöhnlich am Morgen geöffnet und schließen sich bei sonniger Hitze schnell. Gegen Ende der Wachstumszeit entstehen trockene Achänen, die in diesem Artikel keine Nahrung darstellen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. North Carolina State University Extension bestätigt ausdrücklich, dass die Blätter von Cichorium intybus in Salaten gegessen werden können.

Bei wild wachsenden Pflanzen sind sie deutlich bitter, besonders nach dem Austrieb des Blütenstängels. Deshalb eignen sich die frühen Blätter der kühlen Jahreszeit besser für kleine rohe Portionen. Man schneidet sie fein und mischt sie unter weniger bitteres Grün.

Kultivierte Salat-Chicoréeformen können milder schmecken. Das lässt sich jedoch nicht für jedes wilde Exemplar erwarten.

Auch spätere Grundblätter gehören botanisch zu dieser essbaren Pflanze, sind aber oft so hart und bitter, dass sie als praktisches Salatgrün kaum Wert haben.

Die Wurzel wird traditionell getrocknet und geröstet, um daraus einen Kaffeeersatz zu gewinnen. Das ist eine Zubereitung mit Hitze; deshalb wird sie hier nicht als Nahrung ohne Feuer empfohlen. Die blauen Blüten dienen der sicheren Artbestimmung, nicht als automatisch roh essbarer Teil.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Im Rosettenstadium lässt sich die Wegwarte leicht mit dem Gewöhnlichen Löwenzahn Taraxacum officinale verwechseln. Dessen Blütenköpfchen sind gelb und stehen jeweils einzeln auf einem blattlosen hohlen Blütenschaft.

Die Wegwarte bildet dagegen einen hohen verzweigten Stängel mit blauen Blütenköpfchen. Manche Lactuca-Arten besitzen ebenfalls ähnliche Blätter und weißen Milchsaft, unterscheiden sich aber in Blüte und Frucht.

Ein einzelnes Blatt mit Milchsaft beweist keine Essbarkeit. Bitteres Grün von Straßen, behandelten Feldern oder verschmutzten Ablagerungen wird nicht gesammelt. Die Bestimmung erfolgt vor dem Probieren, nicht nach einem Geschmacksvergleich.

Wer bereits eine Allergie gegen Korbblütler hat, sollte diese Pflanze als Nahrung meiden.

QUELLEN

Calflora, Cichorium intybus — Vorkommen in kalifornischen Countys: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2107 North Carolina State University Extension — Chicory, Blätter als rohe Salatnahrung und Röstwurzel: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/cichorium-intybus/ Calflora — County-Beobachtungen: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=2107

Acker-Kratzdistel – entdornte junge Blätter und Stängelmark · Cirsium arvense

Cirsium arvense

Auf feuchteren Brachen und Wiesen in Nordkalifornien wachsen Kolonien stacheliger Pflanzen mit lilafarbenen Blütenköpfchen. Gräbt man einen Trieb aus, findet man oft weitere benachbarte Triebe, die über unterirdische Wurzeln miteinander verbunden sind.



Cirsium arvense mit verzweigten Stängeln, stacheligen Blättern und kleinen lilafarbenen Blütenköpfchen

kallerna · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Das ist Cirsium arvense, die mehrjährige Acker-Kratzdistel, ein invasives Unkraut, das offene Flächen schnell einnehmen kann. Trotz des abweisenden Aussehens lassen sich einige junge Pflanzenteile nach vollständig sorgfältiger mechanischer Entdornung ohne Feuer essen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde krautige Pflanze, meist 40–120 Zentimeter hoch, mit einem ausgedehnten verzweigten System kriechender Wurzeln. Die aufrechten Stängel sind gerippt und verzweigen sich im oberen Abschnitt.

Die wechselständigen Blätter sind länglich, stark oder schwächer gelappt und tragen an ihren Randzähnen Stacheln. Die Unterseite ist häufig heller.



Cirsium arvense mit verzweigten Stängeln, stacheligen Blättern und kleinen lilafarbenen Blütenköpfchen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die relativ kleinen Blütenköpfchen, nur einige Zentimeter breit, sind lila bis hellpurpurn und sitzen in Gruppen an den Triebspitzen. Bei vielen Pflanzen tragen männliche und weibliche Exemplare ihre Köpfchen auf verschiedenen Trieben. Nach der Blüte entstehen Samen mit federartigen Flughaaren.

Im Unterschied zur zweijährigen Gewöhnlichen Kratzdistel bildet diese Art mehrjährige Kolonien aus einem gemeinsamen unterirdischen Wurzelsystem.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Cirsium arvense als nicht heimische invasive Art. In Kalifornien wächst sie besonders im Norden, in der Sierra Nevada und in Bergtälern, auf feuchten Wiesen, entlang von Straßen und Flüssen.

In den südlichen Wüsten gehört sie nicht zu den typischen Arten. Aus Sacramento County liegen verhältnismäßig wenige Beobachtungen vor.

Eine Kolonie kann große Lichtungen bedecken. Besonders hoch ist die Gefahr belasteter Böden jedoch bei landwirtschaftlichen Flächen und Eisenbahnstrecken. Von solchen Standorten werden keine Pflanzen roh gegessen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr treiben aus den Wurzeln neue Rosetten und Sprosse aus. Anfangs sind sie relativ weich.

Gegen Ende des Frühjahrs verlängern sich die Stängel rasch. Danach werden ihre äußeren Gewebe hart. Die Blüte findet überwiegend im Sommer statt, die Samen reifen bis zum Spätsommer.

An ausreichend feuchten Standorten kann im Herbst ein zusätzlicher junger Austrieb entstehen. Für rohe Nahrung zählt daher nicht allein das Datum, sondern vor allem, ob das jeweilige Blatt oder der innere Stängel noch weich ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter nach vollständiger Entdornung. Plants For A Future nennt sie ausdrücklich als roh essbar, warnt aber, dass die stacheligen Blattränder ganz entfernt werden müssen. Nach dieser Bearbeitung bleibt nur wenig zartes Blattgewebe übrig.

Das helle Innere junger Stängel. Ein systematischer Forschungsüberblick zu Cirsium arvense beschreibt den Verzehr frischer geschälter Stängel in rohem Zustand. Sie sind saftig und knackig. Dafür muss die gesamte äußere Schicht einschließlich aller Stacheln abgeschält werden.

Auch Wurzeln des ersten Jahres werden als roh essbar erwähnt. Wegen des tiefen Wurzelsystems, des geringen Ertrags und ihres Inulingehalts werden sie hier jedoch nicht als praktische Rohkost empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Cirsium vulgare, die gesondert beschriebene Gewöhnliche Kratzdistel, wird oft höher und gröber, besitzt große Blütenköpfchen und ausgeprägte stachelige Stängelflügel.

Einige heimische Cirsium-Arten sehen in Blättern und Blüten ähnlich aus. Junge Rosetten sind vor der Blüte schwer voneinander zu unterscheiden. Deshalb müssen Blütenköpfchen, das Wachstum als mehrjährige Wurzelkolonie und die Stängelstruktur zusammen geprüft werden.

Allgemeine Stacheligkeit beweist keineswegs, dass eine Pflanze als Nahrung taugt. Für viele ähnlich aussehende Korbblütler ist kein roher essbarer Pflanzenteil bestätigt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2118
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cirsium+arvense
- https://doi.org/10.1080/15427528.2022.2126419

Kurzgriffelige Kratzdistel – junge rohe Pfahlwurzel an Küstenwiesen · Cirsium brevistylum

Cirsium brevistylum

In nördlichen Küsten-Eichenwäldern und auf kühlen kalifornischen Wiesen stehen gelegentlich hohe Kratzdisteln mit purpurfarbenen Blütenköpfchen, die an den Triebenden in Gruppen angeordnet sind. Ihre Blätter tragen Stacheln. Unterirdisch entwickelt sich bei jungen Pflanzen jedoch eine dicke Pfahlwurzel.



Cirsium brevistylum mit hohen Stängeln, stacheligen Blättern und gruppierten purpurroten Blütenköpfchen

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Gerade die geschälten jungen Wurzeln dieser Art wurden roh gegessen. Das Ausgraben tötet allerdings die Pflanze; größere Mengen können außerdem starke Blähungen verursachen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine zweijährige oder kurzlebige mehrjährige krautige Pflanze, meist einen bis zwei Meter hoch.

Im ersten Jahr bildet sie eine Grundrosette langer gelappter Blätter. Ihre Oberseite ist grün und nur schwach behaart; die Unterseite kann weißlich wollig aussehen. An den Rändern stehen kurze feste Stacheln.

In der folgenden Saison wächst ein dicker gerader saftiger Stängel, der sich oben verzweigt. Die Blütenköpfchen stehen meist dicht beieinander und sind mitunter von oberen Blättern umgeben. Die Hülle jedes Köpfchens trägt feine spinnwebige Haare.

Die Röhrenblüten sind purpurrot. Nach dem Blühen entstehen Achänen mit langen gefiederten Haarschöpfen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Cirsium brevistylum als heimische kalifornische Pflanze und nennt Hunderte Beobachtungen, überwiegend von der nördlichen und mittleren Küste.

Die Art wächst auf feuchten Wiesen, an Waldrändern, auf Lichtungen immergrüner Mischwälder und zwischen Küstensträuchern. In der heißen Ebene von Sacramento sind keine großen natürlichen Bestände zu erwarten.

In älteren Arbeiten wurde diese kalifornische Distel gelegentlich Cirsium edule genannt. Die heutige Botanik trennt diese beiden Arten jedoch voneinander.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr wachsen die Blätter junger Rosetten, bei älteren Pflanzen beginnt der saftige Stängel auszutreiben.

Die Blütezeit fällt gewöhnlich in den Sommer und kann an feuchten Küstenstandorten länger dauern. Vor der Blüte hat die Wurzel ihren Nahrungsvorrat aufgebaut; nach der Ausbildung eines hohen Blütenschafts wird sie häufig faseriger.

Unterirdische Pflanzenteile werden nur dort gewonnen, wo das rechtlich zulässig ist und die Art zweifelsfrei bestimmt wurde. Zum Erhalt der Population sollten nicht zahlreiche junge Pflanzen nacheinander ausgegraben werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Pfahlwurzel. Ethnobotanische Berichte von Völkern der Pazifikküste bestätigen ausdrücklich den Rohverzehr geschälter Wurzeln von Cirsium brevistylum.

Nach dem Ausgraben wird die verschmutzte äußere Haut vollständig entfernt. Gegessen wird das helle innere Gewebe, solange es jung und weich ist.

Die Wurzel kann viel Inulin enthalten. Dieser Kohlenhydrattyp wird nicht direkt verdaut und führt oft zu Blähungen. Große rohe Portionen sind deshalb ungeeignet.

Auch ein geschälter junger Stängel wird als Nahrung beschrieben. Für dessen speziell rohen Verzehr ist der artspezifische Nachweis allerdings weniger eindeutig. Hier gilt er deshalb nicht als wichtigste bestätigte Rohkost.

Stachelige Blätter und Blütenhüllen werden nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Cirsium vulgare besitzt grobe stachelige Flügel entlang des Stängels und große Blütenköpfchen. Cirsium arvense wächst in Kolonien aus kriechenden Wurzeln und bildet kleinere Köpfchen.

Das eigentliche Cirsium edule, vor allem von Oregon nordwärts verbreitet, ist morphologisch ähnlich. Es unterscheidet sich jedoch im Bau des Griffels und der Blütenköpfchen. Es ist falsch, diesen Namen ohne Weiteres auf die kalifornische Pflanze zu übertragen.

Das Ausgraben einer ähnlich aussehenden Distel vor der Blüte garantiert keine richtige Bestimmung. Bei Unsicherheit bleibt die Wurzel im Boden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2119
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cirsium+brevistylum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Cirsium+brevistylum

Gewöhnliche Kratzdistel — zartes Mark junger stacheliger Stängel · Cirsium vulgare

Cirsium vulgare

Auf einer Weide oder einem gestörten Hang steht manchmal eine große stachelige Distel mit silbrig behaartem Laub und leuchtend purpurfarbenen Blütenköpfchen. Sie ohne Handschuhe anzufassen ist unangenehm. Unter der harten Außenhaut eines jungen Stängels liegt jedoch weiches, helles Mark. Verschiedene Teile dieser Art wurden traditionell als Nahrung genutzt. Für eine Ernährung ohne Feuer ist vor allem der vollständig geschälte junge Spross von praktischem Interesse.



Cirsium vulgare mit breiten stacheligen Stängelflügeln, hellen Blattunterseiten und großen purpurfarbenen Distelköpfchen

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Diese zweijährige krautige Pflanze bildet im ersten Lebensjahr gewöhnlich eine große grundständige Blattrosette. Im zweiten Jahr wächst daraus ein dicker Blütenstängel, oft einen halben bis zwei Meter hoch. Die Blätter sind lang und tief gelappt; ihre Ränder enden in kräftigen hellgelben Stacheln. Die Blattunterseite ist heller, manchmal durch Haare fast weißlich.

An den Stängeln ziehen sich die Blattbasen nach unten und bilden charakteristische stachelige Flügel. Die großen purpurfarbenen Blütenköpfchen werden von vielen schmalen Hüllblättern mit scharfen stacheligen Spitzen umgeben. Später entstehen Achänen mit langen federartigen Haarbüscheln, die vom Wind verbreitet werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Cirsium vulgare als nicht heimisches, im Bundesstaat weit verbreitetes Unkraut. Beobachtungen reichen von den Küsten und tieferen Lagen bis in Gebirgs-Countys, darunter Sacramento. Die Art wächst auf Weiden und Wiesen, an trockeneren Waldrändern und Waldwegen sowie auf gestörten Böden. Sie kann dichte Bestände bilden und heimische Pflanzen verdrängen.



Cirsium vulgare mit breiten stacheligen Stängelflügeln, hellen Blattunterseiten und großen purpurfarbenen Distelköpfchen

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Weil sie häufig an Straßen und neben behandelten Feldern wächst, eignen sich viele Fundstellen nicht zum Sammeln roher Nahrung. Sichtbares Grün bedeutet nicht, dass der Boden frei von Pflanzenschutzmitteln oder anderen Rückständen ist.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr des ersten Jahres bildet die Pflanze eine Blattrosette. Im zweiten Frühjahr schiebt sich aus ihrer Mitte schnell ein dicker saftiger Stängel empor. Nur während einer kurzen frühen Phase ist sein Inneres weich genug für den Rohverzehr.

Sobald sich große Blütenknospen entwickeln, wird der Stängel zunehmend hart und faserig. Die Blüte findet hauptsächlich im Sommer statt und kann an kühleren Standorten bis zum Frühherbst dauern. Wetter und Wachstumsstadium des einzelnen Stängels sind wichtiger als ein festes Kalenderdatum.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das junge Stängelmark. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr geschälter junger Blütensprosse dieser Art. Solange der Stängel saftig ist, müssen sämtliche äußeren harten und stacheligen Schichten vollständig entfernt werden. Im Inneren bleibt ein knackiger weißlicher Kern, der von der Textur an Sellerie erinnert.

Das Schälen verlangt Sorgfalt: Gelangen Stacheln an das freigelegte Mark, darf man es nicht essen. Sie können den Mund und Rachen verletzen.

Junge Blätter werden in einigen Quellen ebenfalls als Salatgrün nach vollständiger Entfernung der Stacheln beschrieben. Nach solch einer Reinigung bleibt allerdings nur wenig essbares Blattgewebe übrig. Wurzeln, Knospen und Blütenböden werden überwiegend für Zubereitungen mit Erhitzung beschrieben und hier nicht empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Cirsium arvense ist eine schlankere ausdauernde Kratzdistel, deren Triebe aus kriechenden Wurzeln wachsen und die meist kleinere Blütenköpfchen bildet. Auch einheimische kalifornische Cirsium-Arten können purpurfarben blühen.

Für die Bestimmung von Cirsium vulgare sind daher die zweijährige Entwicklung mit Rosette, die herablaufenden stacheligen Stängelflügel und die Gestalt der großen Blütenköpfchen wichtig. Die Gelbe Stern-Flockenblume Centaurea solstitialis besitzt ebenfalls Stacheln, aber einen anderen Blütenköpfchenbau.

Ein stacheliger Stängel wird niemals ohne restlose mechanische Entdornung gekaut.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2151
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cirsium+vulgare

Zierliche Claytonie — winzige saftige Blätter auf steinigen Hängen · Claytonia exigua

Claytonia exigua

Nach Frühlingsregen wachsen auf kalifornischen Serpentin- oder Felshängen gelegentlich winzige saftige Pflanzen mit schmalen länglichen Blättern. Über ihnen erscheinen kleine weiße oder rosafarbene sternähnliche Blüten. Das ist Claytonia exigua, eine heimische einjährige Frühlingspflanze. Ihre Blätter sind ausdrücklich als roh essbar bestätigt. Die Pflanze ist aber so klein, dass eine umfangreiche Ernte nicht sinnvoll ist. Sie eignet sich eher, um die Vielfalt des Frühlingsgrüns kennenzulernen, als für eine nennenswerte tägliche Ernährung.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Claytonia exigua gehört zu den kleinsten Arten dieser Gruppe und ist gewöhnlich nur wenige Zentimeter, gelegentlich bis etwa zehn bis fünfzehn Zentimeter hoch. Von einer dünnen Wurzel gehen mehrere grünliche oder rötliche Stängel aus.

Am Grund stehen schmale saftige Blätter von linealischer bis spatelförmiger Gestalt; sie erinnern an winzige grüne Finger. Höher am Blütenschaft befindet sich ein Paar kleiner Blätter. Bei einigen Formen bleiben diese getrennt, bei anderen verwachsen sie an der Basis und bilden eine kleine hornförmige bis fast scheibenartige Fläche.

Die sehr kleinen Blüten sind nur wenige Millimeter breit. Sie besitzen fünf weiße oder blassrosa Kronblätter, an deren Grund feine dunklere Linien vorkommen können. Nach der Blüte entstehen winzige dreiklappige Kapseln mit einigen Samen. Bei Trockenheit färbt sich die Pflanze manchmal rötlich oder wirkt grau.

Die Kombination aus sehr geringer Größe, schmalen fleischigen Blättern und kleinen weißrosa Blüten unterscheidet sie vom deutlich größeren Miner's Lettuce.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Claytonia exigua als heimische kalifornische Art in Yellow Pine Forest, Mixed Evergreen Forest, Foothill Woodland, Chaparral und Valley Grassland. Besonders typisch sind offene Stellen auf nährstoffarmen steinigen, darunter serpentinreichen Böden.

Für Kalifornien liegen ungefähr tausend Beobachtungen vor, doch einzelne Populationen sind oft räumlich eng begrenzt. In der Umgebung von Sacramento sucht man geeignete Lebensräume eher an Vorgebirgshängen als in bewässerten Stadtparks.

Bestimmte Varietäten sind stärker an besondere Bergböden gebunden. Ähnliche kleine Einjährige können unmittelbar daneben wachsen. Eine ganze Kolonie für wenige Gramm Grün zu zerstören wäre unverhältnismäßig.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Keimung beginnt nach kühlen Winterregen, solange die oberste Bodenschicht feucht bleibt. In niedrigen Vorgebirgen können die grünen Blättchen bereits im Februar erscheinen.

Botanische Beschreibungen aus dem Westen Nordamerikas nennen eine Blütezeit von März bis Juli, abhängig von der Höhe. In sonnigen tieferen Lagen endet sie häufig deutlich früher. Nach der Bildung der kleinen Kapseln trocknet die Pflanze schnell aus und verschwindet bis zur nächsten Regenzeit von der Oberfläche.

Als Rohkost eignen sich nur junge saftige Blätter vor ausgeprägter Trockenheit. Die trockenen rötlichen Stängel sind kein Nahrungsvorrat.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge saftige Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Blätter von Claytonia exigua. Sie sind klein, weich, etwas schleimig und ohne ausgeprägte Bitterkeit. Einige Blättchen kann man nach dem Waschen frisch essen oder größerem Salatgrün beimischen.

Ein einzelnes Exemplar liefert fast nichts. Das Herausziehen des ganzen Stängelchens verhindert die künftige Samenbildung. Wenn Sammeln rechtlich erlaubt ist, beschränkt man sich daher auf einzelne Blätter aus einer großen Population; meist ist es besser, diese kleine Pflanze vollständig stehen zu lassen.

Was nicht verwendet wird: Der artspezifische Nachweis betrifft gerade die Blätter, nicht Wurzeln, Blüten, Samen oder die gesamte Pflanze. Die winzige Kapsel ist keine geeignete „rohe Nuss“.

Die Pflanze steht direkt auf Böden, die an Serpentinstandorten eine ungewöhnliche Mineralzusammensetzung besitzen können. Müllablagerungen, Industrieabflüsse und verschmutzte Straßenränder sind für die Nahrungssuche ausgeschlossen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Claytonia perfoliata besitzt deutlich größere Blätter und eine breite, schalenartige Scheibe um den Blütenschaft. Claytonia parviflora hat schmalere Grundblätter als gewöhnliches Miner's Lettuce, wird meist aber höher und besitzt einen auffälligeren Blütenbereich.

Claytonia rubra kann rote Stängel tragen, unterscheidet sich jedoch in Blattgestalt und Blütenanordnung. Ohne Blüten lassen sich die winzigen vegetativen Pflanzen leicht mit anderen Frühlingssukkulenten verwechseln. Für die Bestimmung braucht man die vollständigen kleinen Blüten und den Aufbau der Samenkapsel. Bei Unsicherheit werden die Blätter nicht gegessen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2231
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+exigua
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Claytonia+exigua

Lanzettblättrige Claytonie — zarte Blätter und kleine Knollen nach der Schneeschmelze · Claytonia lanceolata

Claytonia lanceolata

Nach der Schneeschmelze erscheinen auf Bergwiesen und feuchten Waldrändern der Sierra Nevada kleine fleischige Blättchen und dünne Stängel mit weißrosa Blüten. Das ist Claytonia lanceolata, eine Frühlingspflanze der Berghänge.



Claytonia lanceolata mit zwei lanzettlichen Blättern am Blütenschaft und kleinen weißrosa fünfblättrigen Blüten

BlueCanoe · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Anders als das einjährige Miner's Lettuce wächst sie aus einer kleinen rundlichen unterirdischen Knolle. Nahrungsquellen bestätigen sowohl junge Blätter als auch die geschälte Knolle als roh essbar. Die Knollen dürfen aber nur nach absolut sicherer botanischer Bestimmung in Betracht kommen: In der Nähe können gefährliche Zwiebelgewächse wachsen. Außerdem zerstört das Ausgraben jedes entnommene Exemplar.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine kleine ausdauernde Pflanze, häufig fünf bis fünfzehn Zentimeter hoch. Aus einer unterirdischen kugeligen Knolle wachsen ein oder mehrere dünne Stängel; am Grund entwickeln sich kleine Blätter.

Am Blütenschaft sind gewöhnlich zwei gegenständige fleischige Blätter zu sehen. Sie sind lanzettlich bis länglich und umfassen mitunter den Stängel. Darüber befindet sich ein kleiner Blütenstand mit einigen weißen oder blassrosa Blüten aus je fünf Kronblättern. Am Kronblattgrund können rosa Streifen oder gelbe Zeichnungen erscheinen.



Claytonia lanceolata mit zwei lanzettlichen Blättern am Blütenschaft und kleinen weißrosa fünfblättrigen Blüten

Thayne Tuason · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Nach der Bestäubung entstehen kleine Kapseln mit schwarzen Samen. Die rundliche unterirdische Knolle kann bis etwa zwei Zentimeter breit sein und ist durch dünnes Gewebe mit der oberirdischen Pflanze verbunden.

Dies ist keine aus vielen Schichten bestehende Küchenzwiebel und keine Kartoffelknolle. Die sichere Verbindung mit dem blühenden oberirdischen Exemplar ist für die Bestimmung entscheidend. Trocknet die Erde aus, verschwinden die sichtbaren Pflanzenteile rasch. Unbekannte unterirdische Organe dürfen dann nicht anhand einer Erinnerung an die Fundstelle gesammelt werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Claytonia lanceolata als heimische Art Kaliforniens, verbunden mit Red Fir Forest, Lodgepole Forest, Subalpine Forest und feuchten Hängen an Gewässern.

Sie bevorzugt Bergwiesen und Waldränder, deren Boden im Frühjahr durch schmelzenden Schnee nass ist und im Sommer langsam austrocknet. Im ebenen Sacramento Valley ist dieses Bergknollengewächs nicht zu erwarten. Im Tahoe Basin und höher in den Bergen können kleine Gruppen vorkommen, besonders wo die Schneeschmelze zeitlich gestaffelt abläuft.

Calflora verzeichnet nur einige Hundert Beobachtungen. Die Art darf daher nicht als allgegenwärtige massenhaft verfügbare Nahrung beschrieben werden. Das Ausgraben weniger Knollen kann einen kleinen Bestand erheblich schädigen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die jungen Blätter treiben nach der Schneeschmelze aus. In tieferen Berglagen kann dies im April oder Mai geschehen, auf hoch gelegenen subalpinen Wiesen erst im Juni oder noch später.

Die Blüten öffnen sich bald nach dem Laubaustrieb und bleiben nur kurze Zeit sichtbar, solange genügend Frühlingsfeuchtigkeit vorhanden ist. Zu Beginn des trockenen Sommers welkt das Grün; die Samenkapseln öffnen sich und die Pflanze beginnt ihre Ruhezeit.

Die weichen rohen Blätter sind am Anfang der Saison am besten. Die Knollen bleiben länger unter der Erde, doch die Suche ohne erkennbares blühendes Exemplar ist gefährlich und schädigt die Vegetation. Für die Artbestimmung ist die Blütezeit am günstigsten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich. Sie sind zart, mild und als kleine Beigabe zu kaltem Salat geeignet. Da jedes Exemplar nur wenige Blätter besitzt, dürfen nicht sämtliche Blätter entfernt werden: Die Knolle benötigt sie, um Nährstoffreserven aufzubauen.

Unterirdische Knolle — nur bei zweifelsfreier Bestimmung. PFAF bezeichnet die Wurzel ausdrücklich als roh oder gekocht essbar und beschreibt den Geschmack der rohen Knolle als angenehm und leicht rettichartig.

Die Knolle ist aber winzig. Andere Quellen weisen darauf hin, dass bestimmte unterirdische Teile verwandter Arten traditionell häufiger gegart wurden. Bei dieser Art käme allenfalls eine vollständig mit einer sicher erkannten blühenden Pflanze verbundene Knolle in Betracht, die sorgfältig von Erde gereinigt wird und nur dort entnommen werden darf, wo Ausgraben rechtlich erlaubt ist.

Auf Reisen ist es wesentlich vernünftiger, einige Blätter zu nutzen und kleine Knollenbestände nicht zu zerstören.

Was man nicht tun darf: Unbekannte frei liegende „Zwiebelchen“ werden weder aufgelesen noch gekostet. Unter ähnlichen kalifornischen unterirdischen Pflanzenorganen befinden sich tödlich giftige Arten. Samen, reife Kapseln und grobe Stängel gehören nicht zur Nahrungsliste.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Claytonia perfoliata ist einjährig, trägt eine wesentlich größere Blattschale um den Blütenschaft und besitzt keine solche kleine Speicherknolle. Claytonia rubra kann rötliche Stängel und kleine Blätter besitzen, ist jedoch ebenfalls einjährig.

Toxicoscordion-Arten, im Englischen death camas, sind tödlich giftige Zwiebelpflanzen und können auf ähnlichen Frühlingsflächen wachsen. Ihre schmalen linealischen Blätter und sechsteiligen Blüten unterscheiden sich von den fünf Kronblättern der Claytonie.

Eine Knolle wird niemals ohne vollständige oberirdische Pflanze gesammelt, erst recht nicht neben unbekannten Zwiebelgewächsen. Unterirdische Nahrung ist kaum je so wichtig, dass dieses Risiko gerechtfertigt wäre.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2235
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+lanceolata
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Claytonia_lanceolata

Kleinblütige Claytonie — schmales Frühlingsgrün an Waldbächen · Claytonia parviflora

Claytonia parviflora

An einem Frühlingsbach und auf feuchten schattigen Hängen Kaliforniens wächst gelegentlich eine Pflanze, die dem bekannten Miner's Lettuce sehr ähnelt. Ihre unteren Blätter sind jedoch gewöhnlich schmaler, der obere Stängel wirkt zarter und verzweigter. Die kleinen weißen oder rosafarbenen Blüten sind zwischen den Blättchen kaum zu sehen.



Claytonia parviflora mit schmalen saftigen Grundblättern und winzigen weißen bis rosa Blüten

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Das ist Claytonia parviflora, eine eigenständige heimische Art, die oft unmittelbar neben Claytonia perfoliata wächst. Ihre jungen Blätter können roh gegessen werden. Trotz teilweise ähnlicher Nahrungseigenschaften dürfen die beiden botanischen Arten in einem Artikel nicht gleichgesetzt werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein kleiner einjähriger Vertreter der Claytonien, gewöhnlich wenige bis dreißig Zentimeter hoch. Am Grund bilden sich längliche oder schmal spatelförmige fleischige Blätter an langen Stielen. Die Gestalt variiert erheblich zwischen Unterarten und Populationen.

Aus der Rosette wachsen dünne saftige Blütenschäfte. Darüber können zwei gegenständige Blätter sitzen, die manchmal um den Stängel verwachsen, bei anderen Formen getrennt bleiben oder nur eine kleine Scheibe bilden.



Claytonia parviflora mit schmalen saftigen Grundblättern und winzigen weißen bis rosa Blüten

Matt Lavin from Bozeman, Montana, USA · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Am Ende stehen Gruppen kleiner Blüten mit je fünf weißen oder rosafarbenen Kronblättern, gelegentlich mit feinen sichtbaren Adern. Nach dem Blühen entstehen kleine Kapseln mit schwarzen Samen.

Ein wichtiges Merkmal sind die schmalen unteren Blätter. Sie genügen jedoch nicht allein: Auch die obere Blattpaarstellung und die Blüten müssen geprüft werden. Bei manchen Unterarten sind die Blüten größer. Daher ist die örtliche Form bei der Bestimmung zu berücksichtigen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Claytonia parviflora als heimische kalifornische Pflanze mit mehreren Tausend Beobachtungen aus unterschiedlichen feuchten Frühlingslebensräumen: an Bächen, in Schluchten, auf schattigen Hängen und an nassen Rändern von Waldwegen.

Besonders in Jahren mit langen Winterregen ist sie häufig zu sehen. Im Sacramento Valley kann sie an passenden Frühlingsstandorten wachsen, im Vorgebirge wird sie öfter beobachtet.

Calflora unterscheidet jedoch mehrere Unterarten, darunter die seltene subsp. grandiflora mit California Rare Plant Rank 4.2. Das Sammeln in einem seltenen Unterartenbestand lässt sich nicht damit rechtfertigen, dass die Art im Ganzen essbar ist. Im Zweifel bleibt eine kleine Population unberührt.

Der volkstümliche Name „Miner's Lettuce“ wird für mehrere Claytonien verwendet. Er reicht für die Bestimmung nicht aus.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbst- und Winterregen bilden sich saftige schmale Grundblätter. In tieferen kalifornischen Lagen ist das Grün besonders vom Spätwinter an, etwa zwischen Februar und April, verfügbar.

Kleine weiße oder rosafarbene Blüten öffnen sich im Frühjahr, in kühlen Vorgebirgen manchmal bis Mai oder Juni. Mit dem trockenen heißen Sommer endet der Lebenszyklus gewöhnlich: Untere Blätter vergilben, Kapseln öffnen sich und das saftige Grün verschwindet.

Auf bewässertem Boden kann die Pflanze länger grün bleiben, ältere Blätter werden aber gröber. Für rohe Nahrung sind die weichen Blätter vor starkem Strecken der Blütenstängel am geeignetsten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge saftige Blätter. Plants For A Future bestätigt für Claytonia parviflora subsp. parviflora ausdrücklich ihren Rohverzehr. Sie schmecken mild, ein wenig wie Blattsalat, und knacken bei genügender Feuchtigkeit leicht.

Einige Blätter können vorsichtig abgezupft, mit sauberem Wasser abgewaschen und frisch gegessen oder in einen kalten Salat geschnitten werden. Eine weitere PFAF-Angabe bezeichnet das Grün als hochwertig. Das ist aber kein Anlass, sämtliche Pflanzen zu sammeln; ein Teil muss Samen bilden können.

Die Nahrungseigenschaften von Claytonia perfoliata dürfen nicht automatisch auf Claytonia parviflora übertragen werden. Beim bekannten Miner's Lettuce bestehen Belege für rohe Blüten und Stängel. Bei der Kleinblütigen Claytonie sind gerade die Blätter besonders zuverlässig bestätigt. Blüten, Wurzeln, Samen und reife Kapseln werden daher hier nicht als eigenständige rohe Nahrung empfohlen.

Auf nassen Böden können Sand und Erdpartikel an den Blättern haften. In Gewässernähe ist die Wasserqualität zu beachten. Grün aus verunreinigten Gräben oder von herbizidbehandelten Flächen gehört nicht in den Rohkostsalat.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Claytonia perfoliata besitzt gewöhnlich breitere abgerundete Grundblätter und eine deutliche durchgehende runde Blattschale um den Blütenschaft. Bei Claytonia parviflora sind die unteren Blätter schmaler; das obere Paar kann getrennt bleiben.

Claytonia sibirica wächst länger, hat ovale Blätter und häufig auffällig rosa Blüten. Claytonia exigua bleibt erheblich kleiner und trägt sehr schmale, fast fadenartige Blättchen.

Auch Vogelmiere-Arten besitzen kleine weiße Blüten. Ihr Kronblattbau unterscheidet sich. Innerhalb des Claytonia-parviflora-Komplexes gibt es mehrere Unterarten. Bei unklarer Bestimmung, besonders an einem seltenen Bergstandort, wird nicht gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2240
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2241
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+parviflora+ssp.+parviflora

Miner's Lettuce — zarte Blätter, Stängel und Blüten · Claytonia perfoliata

Claytonia perfoliata

In den kühlen Monaten Kaliforniens entstehen auf feuchtem Boden kleine Gruppen zarten Grüns. Miner's Lettuce hat glatte saftige Blätter und dünne Stängel. Im Frühjahr erscheinen winzige weiße Blüten, die aussehen, als wüchsen sie aus der Mitte einer grünen Untertasse. Das ungewöhnliche Blatt um den Blütenschaft ist eines der besten Erkennungsmerkmale einer ausgewachsenen Pflanze.



Claytonia perfoliata mit glatten saftigen Blättern und einer runden verwachsenen Blattschale unter winzigen weißen Blüten

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Zu Beginn steht nahe am Boden eine Rosette einzelner Blätter an langen dünnen Stielen. Die Blätter können oval, länglich oder annähernd rund-rautenförmig sein. Sie sind weich, hell- bis kräftig grün, etwas fleischig und ohne deutliche Behaarung. Eine erwachsene Pflanze bleibt meist niedrig; ihre dünnen Stängel werden ungefähr zwanzig Zentimeter hoch.

Mit Beginn der Blüte verwachsen die beiden oberen Blattspreiten rund um den Stängel zu einer fast kreisförmigen Schale. Aus ihrer Mitte wächst eine kleine Blütengruppe. Jede Blüte hat fünf weiße, gelegentlich zartrosa Kronblätter und ist nur einige Millimeter groß.

Man darf nicht ausschließlich nach dem runden oberen Blatt suchen. Vor der Blüte besitzen junge Pflanzen hauptsächlich gewöhnliche grundständige Blätter und noch keine erkennbare „Untertasse“.



Claytonia perfoliata mit glatten saftigen Blättern und einer runden verwachsenen Blattschale unter winzigen weißen Blüten

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Miner's Lettuce ist in Kalifornien verbreitet, auch im Sacramento Valley und im Vorgebirge der Sierra Nevada. Besonders gut wächst es an kühlen ausreichend feuchten Stellen: im Schatten von Eichen, an Waldrändern, auf feuchten Hängen, in Gärten und auf gestörten Böden.

Unter günstigen Bedingungen können ganze Gruppen wachsen. Das bedeutet aber nicht, dass die Pflanze den gesamten Wald gleichmäßig bedeckt.

Für viele Gebiete des Bundesstaates ist sie gewöhnlich und nicht selten. In den heißesten tieferen Wüsten fehlt sie dagegen fast ganz; an offenen, schnell austrocknenden Standorten endet die grüne Saison früh.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In einem milden regnerischen Winter erscheint neues Grün nach ausreichender Durchfeuchtung des Bodens. Im Tiefland liegt die Hauptsaison gewöhnlich im Winter und Frühjahr.

In Kalifornien blüht die Pflanze vor allem zwischen Februar und Mai. In kühlen Gebirgslagen können diese Zeiten später liegen. Bei anhaltender Frühlingshitze trocknet sie aus.

Die konkreten Wochen hängen deshalb von Niederschlägen und Höhenlage ab und nicht nur von einem festen Datum.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blätter. Die jungen saftigen Blätter werden roh wie Salatgrün gegessen. Sie sind weich und schmecken mild grasig.

Stängel. Dünne, noch zarte Stängel sind ebenfalls roh essbar. Man kann sie zusammen mit den Blättern essen.

Blüten. Die winzigen weißen oder rosafarbenen Blüten können ebenfalls roh gegessen werden. Eine ethnografische Beschreibung der Miwok nennt diese Pflanze als saisonales Grün; eine botanische Übersicht des USDA Forest Service zählt Blätter, Stängel und Blüten ausdrücklich zu den essbaren Pflanzenteilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Junges Miner's Lettuce besitzt seine auffälligste „Untertasse“ noch nicht. In diesem Stadium können andere kleine Frühlingskräuter ähnlich aussehen.

Später erleichtert die Kombination aus glatten fleischigen Blättern, verwachsener Schale um den Blütenschaft und winzigen fünfblättrigen Blüten die Bestimmung erheblich. Auch manche verwandten Claytonia-Arten können verwachsene Blätter haben; ein einzelnes Merkmal reicht deshalb nicht.

Eine wichtige Besonderheit des Grüns: UC IPM weist darauf hin, dass Miner's Lettuce manchmal lösliche Oxalate anreichert. Große Portionen sollten deshalb vermieden werden, insbesondere wenn Oxalate gesundheitlich eingeschränkt werden müssen.

QUELLEN

- UC IPM — Miner's Lettuce, Merkmale, Saison, Verbreitung, Oxalate: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/miners-lettuce/
- USDA Forest Service — Claytonia perfoliata, essbare Pflanzenteile: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/claper
- Calflora — Claytonia perfoliata, kalifornische Verbreitung: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2244
- S. A. Barrett & E. W. Gifford, Miwok Material Culture: Greens (1933): https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/greens.html

Rötliche Claytonie — zarte Frühlingsblätter und junge Triebe · Claytonia rubra

Claytonia rubra

Nach den Winterregen lassen sich auf offenen Hängen zwischen verstreut stehenden Eichen kleine saftige Pflanzen mit rötlichen Stängeln beobachten. Ihre Blätter ähneln winzigem Salat; an den Triebenden öffnen sich fast unauffällige weißrosa Blüten.



Claytonia rubra mit kleinen rundlich spatelförmigen Grundblättern, rötlichen Stängeln und winzigen weißrosa Blüten

Jim Morefield (James D. Morefield) · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Das ist Claytonia rubra, eine heimische Verwandte des Miner's Lettuce. Junge Blätter und zarte Sprosse können roh gegessen werden. Wichtig ist, diese Art von der größeren Claytonia perfoliata zu unterscheiden: Beide gehören zur gleichen Gruppe, unterscheiden sich jedoch in Größe, Blattgestalt und bevorzugter Bodenfeuchtigkeit.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine kleine einjährige Pflanze, meist nur einige Zentimeter hoch, gelegentlich zehn bis fünfzehn Zentimeter. Sie besitzt eine feine Wurzel und einige saftige Stängelchen, die besonders bei sonnig stehenden jungen Exemplaren rosa bis rot werden können.

Am Grund befinden sich kleine rundlich spatelförmige oder ovale Blätter an Stielen. Höher am Spross steht manchmal ein Blattpaar, das bei einzelnen Formen teilweise um den Blütenschaft verwächst und eine kleine schalenartige Fläche bildet. Anders als bei gewöhnlichem Miner's Lettuce bleibt diese Schale meist klein und kann anders geformt sein.

Die Blüten stehen in einem winzigen endständigen Blütenstand. Jede Blüte besitzt fünf weiße bis zartrosa Kronblätter, häufig mit kaum erkennbaren Adern. Nach der Bestäubung bilden sich kleine Kapseln, die sich öffnen und schwarze Samen ausstreuen.

Zum Ende des Frühjahrs können die Stängel kräftiger rot werden, die Blätter vergilben und die dünnen Triebe trocknen aus. Die Rotfärbung allein ist jedoch kein sicheres Bestimmungsmerkmal: Blütenbau, Blattgestalt und einjähriger Lebenszyklus müssen zusammenpassen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Claytonia rubra als heimische Art Kaliforniens mit fast tausend Beobachtungen, darunter an Hängen der Sierra Nevada, Cascade Range und Coast Ranges.

Sie kommt häufig an etwas trockeneren Frühjahrs-Waldrändern, in lichten Eichenwäldern und zwischen Sträuchern vor. Damit unterscheidet sie sich von der sehr saftigen Claytonia sibirica feuchter Wälder.

Auf geeigneten Vorgebirgshängen können nach dem Winterregen kleine Gruppen neben anderen Frühlings-Einjährigen entstehen. Auch im zentralen Sacramento Valley ist die Art auf passendem Boden möglich; sie ist aber kein überall vorkommender Salatbewuchs jeder Rasenfläche.

Unterarten und Formen unterscheiden sich unter anderem in der Größe des oberen Blattpaares. An schwierigen Fundstellen ist ein botanischer Bestimmungsschlüssel hilfreich.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten anhaltenden Herbst- und Winterregen keimen die Samen; zarte Grundblätter entwickeln sich. In warmen Vorgebirgen ist das Grün vor allem im Winter und frühen Frühjahr sichtbar. In kühleren Wäldern verschiebt sich das Wachstum eher auf März bis Mai.

Die Blüte fällt meist ins Frühjahr, in hoch gelegenen Regionen gelegentlich bis zum Frühsommer. Wenn die Blütenschäfte länger werden, altern die Pflanzen, ihre Stängel färben sich röter und ihre Blätter werden allmählich gröber.

Zu Beginn des heißen trockenen Sommers sind die meisten einjährigen Pflanzen ausgetrocknet. Für den Rohverzehr zählen die jungen weichen Blätter und saftigen Triebspitzen, nicht die zurückbleibenden braunen Stängel.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt unmittelbar ihren Rohverzehr. Die Blättchen sind weich und etwas saftig, erinnern an Miner's Lettuce und können bei trockenem Wetter etwas kräftiger pflanzlich schmecken.

Eine kleine Portion kann mit sauberem Trinkwasser gewaschen und unter anderes frisches Grün gemischt werden. Da die Pflanzen winzig sind, sollte keine ganze Kolonie für wenige Gramm Nahrung ausgerissen werden.

Zarte junge Stängel. PFAF bestätigt auch deren Rohverzehr vor dem Verhärten. Weiche Triebspitzen lassen sich mit den Blättern abnehmen und frisch essen, solange die Pflanze noch nicht vertrocknet ist. Harte fruchttragende Stängel und reife Kapseln sind nicht dieselbe Nahrung.

Verwandte Claytonien wurden im Westen Nordamerikas als Frühlingsgrün verwendet. Hier genügt eine kalte Salatzubereitung ohne Erhitzen. Samen und Wurzeln werden nicht aufgeführt, weil die artspezifische Quelle sie nicht als eigenständige rohe Nahrung bestätigt.

Blätter unmittelbar am Boden können sandig oder durch Tierausscheidungen verschmutzt sein. Herbizidbehandelte Rasenflächen und schmutzige Gräben sind für die Rohkosternte ungeeignet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Claytonia perfoliata ist gewöhnlich größer und besitzt eine breite durchgehende Blattschale unter den Blüten. Claytonia parviflora hat schmalere Grundblätter und kleine Blüten; einzelne Formen sind erst in der Blüte sicher zu unterscheiden.

Claytonia exigua bleibt noch wesentlich kleiner, hat sehr schmale Blättchen und kann unter Trockenstress ebenfalls rot werden. Vogelmiere-Arten der Gattung Stellaria besitzen auch weiche Blätter, ihre weißen Kronblätter sind jedoch tief geteilt und anders gebaut.

Ein roter Stängel allein bestimmt keine Claytonie. Für rohe Nahrung müssen mehrere Merkmale an ein und derselben Pflanze vorliegen; unterschiedliche Einjährige werden nicht gemeinsam als ein einziger Bestand gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2247
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+rubra

Sibirische Claytonie — rosafarbene Blüten und zarte Waldblätter · Claytonia sibirica

Claytonia sibirica

In kühlen feuchten Wäldern an der nordkalifornischen Küste wachsen manchmal weiche grüne Pflanzenteppiche, aus denen kleine rosafarbene Blüten mit fünf Kronblättern hervorragen.



Claytonia sibirica mit weichen ovalen Blättern, zarten Stängeln und rosa fünfblättrigen Blüten

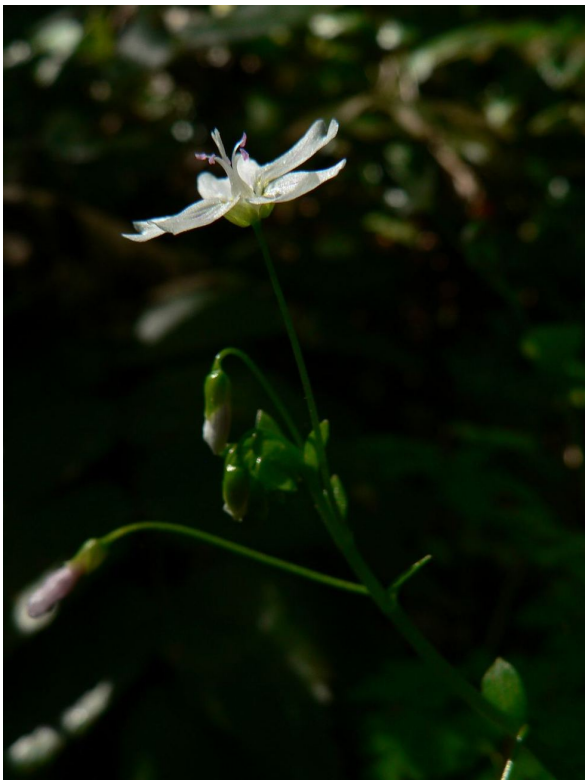
Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

An der Pflanzenbasis fallen breite ovale Blätter auf, die der runden Schale des gewöhnlichen Miner's Lettuce kaum ähneln. Es handelt sich um Claytonia sibirica, eine heimische Frühlingspflanze des nordwestlichen Nordamerikas. Ihre jungen Blätter werden roh gegessen. Sie erinnern an milden Blattsalat, manchmal mit einem schwachen erdigen Nachgeschmack.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige, je nach Bedingungen ausdauernde oder kurzlebige Pflanze, gewöhnlich etwa zehn bis zwanzig Zentimeter hoch.

Von der Basis wachsen mehrere dünne saftige Stängel, die teilweise über den Boden kriechen. Die Blätter stehen wechselständig oder nahe am oberen Spross paarweise. Sie sind oval bis eiförmig, mit sichtbarer spitzer oder leicht gerundeter Spitze; die unteren Blätter besitzen längere Stiele.



Claytonia sibirica mit weichen ovalen Blättern, zarten Stängeln und rosa fünfblättrigen Blüten

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

Bei Claytonia perfoliata bilden zwei verwachsene obere Blätter eine auffallende runde „Schale“ um den Blütenschaft. Bei Claytonia sibirica fehlt diese gewohnte geschlossene Scheibe.

Die Blüten sind gewöhnlich rosa oder rosaweiß und besitzen je fünf Kronblätter und kleine gelbe Staubblätter. Mehrere Blüten können an einem Trieb stehen. Nach der Blüte entwickeln sich kleine trockene Samenkapseln.

Blätter und Triebe sind weich und saftig, können aber in trockener Sommerhitze matt werden. Mit der Zeit können unter dem Halbschatten des Waldes kleine Bestände entstehen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Claytonia sibirica als kalifornische heimische Art und verzeichnet sie in Northern Coastal Scrub, Redwood Forest, Douglas-Fir Forest, Mixed Evergreen Forest, Red Fir Forest und feuchten Ufergesellschaften.

Typisch sind kühle nördliche Küstenwälder, feuchte Canyons und schattige Bachufer. Auf der heißen trockenen Stadtebene des Sacramento Valley ist sie kein gewöhnlicher Rasenbewuchs.

Nach einem regenreichen Winter können örtliche Populationen den weichen Waldboden mit zahlreichen Blättchen bedecken. Nahe Bächen steht das rohe Grün jedoch häufig auf feuchter Erde, die durch Wasser oder Tierabfälle mit Mikroorganismen belastet sein kann. Die Sauberkeit der Fundstelle ist deshalb besonders wichtig.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

An der milden Küste können die Blätter einen großen Teil des Jahres erhalten bleiben. Für die Ernährung eignen sich vor allem neue weiche Blätter aus der kühlen feuchten Wachstumsphase.

In kälteren Bergwäldern beginnt der Austrieb erst nach der Schneeschmelze. Der Artenführer nennt für gemäßigtes Klima gewöhnlich eine Blütezeit zwischen April und Juli.

An der nordkalifornischen Küste öffnen sich rosa Blüten je nach Niederschlag während unterschiedlicher Wochen des Frühlings oder Frühsommers. Nach der Blüte wachsen Kapseln heran. Ältere Blätter werden im Sommer mitunter bitterer.

Der richtige Zeitpunkt für Nahrung ist daher die frische saftige Blattphase und nicht jeder Monat, in dem ein grünes Exemplar sichtbar ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge zarte Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich deren Rohverzehr bei Claytonia sibirica. Sie sind weich und etwas schleimig, schmecken mild grün und beinahe salatartig. Einige besitzen einen schwachen erdigen Nachgeschmack, der an rohe Rote Bete erinnern kann.

Einige Blätter können abgenommen, mit Trinkwasser gereinigt und frisch gegessen oder mit würzigeren Kräutern gemischt werden. Im feuchten Norden bleibt ihre Qualität oft besser als bei Pflanzen, die im Sommer vertrocknen.

Was nicht zur Nahrungsliste gehört: Calflora erwähnt bei der Art allgemein essbare oberirdische Teile. PFAF bestätigt gesondert und zuverlässig jedoch gerade die Blätter. Wurzeln, Samen und reife Fruchtkapseln werden daher hier nicht als eigenständige rohe Nahrung empfohlen. Zarte Stängel werden ohne weiteren eindeutigen artspezifischen Beleg ebenfalls nicht beworben.

Besonders wichtig ist es, keine Blätter zu ernten, die in verschmutztem Bachwasser liegen. Kurzes Abspülen macht mikrobiologisch belastetes Grün nicht zwangsläufig sicher.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Claytonia perfoliata trägt am Blütenschaft eine durchgehende runde Schale aus verwachsenen Blättern. Bei Claytonia sibirica bleiben die Blätter gewöhnlich getrennt und sind stärker eiförmig, während die Blüten deutlicher rosa erscheinen.

Claytonia parviflora besitzt ebenfalls zarte Blätter und kleine weißliche Blüten, ist jedoch eine einjährige Frühlingspflanze mit schmaleren Grundblättern.

An Bächen wachsen viele andere Kräuter mit glatten ovalen Blättern. Weiche Textur und rosa Blütenfarbe allein reichen nicht zur Bestimmung. Entscheidend sind Blattform, Blütenaufbau, Lebenszyklus und der konkrete Waldlebensraum.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2251
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Claytonia+sibirica
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px1048

Kalifornische Yerba Buena — duftende Blätter im Eichenschatten · Clinopodium douglasii

Clinopodium douglasii

Im kühlen Schatten kalifornischer Eichen und Redwoods fallen manchmal dünne kriechende Triebe mit kleinen rundlichen Blättchen auf. Die Pflanze versteckt sich fast in der Waldstreu. Ihre Blätter duften aber sanft und süßlich nach Minze.



Clinopodium douglasii mit kriechenden Trieben, gegenständigen rundlichen Blättern und kleinen hellen Lippenblüten

Gordon Leppig and Andrea J. Pickart / US Fish and Wildlife Service · Public domain · Wikimedia Commons

Das ist Yerba Buena, ein heimisches aromatisches Kraut. Seine frischen Blätter und kleinen Blüten lassen sich ohne Feuer essen: als aromatische Zugabe oder in kaltem Wasser.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige ausdauernde Pflanze aus der Familie der Lippenblütler, die meist nur fünf bis fünfzehn Zentimeter über den Boden aufragt.

Die Triebe sind dünn und lang, verholzen stellenweise, kriechen über die Erde und bilden lockere Teppiche. Die gegenständigen Blätter sitzen an kurzen Stielen, sind etwa ein bis drei Zentimeter groß, oval bis rundlich und haben einen flach rundlich gezähnten Rand.



Clinopodium douglasii mit kriechenden Trieben, gegenständigen rundlichen Blättern und kleinen hellen Lippenblüten

Iamnotabunny · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Ihre Oberseite ist grün, manchmal glänzend; die Unterseite ist heller. Kleine röhrenförmige weiße oder blassrosa Blüten erscheinen in den Blattachseln und besitzen eine zweilippige Krone.

Beim vorsichtigen Zerreiben eines Blattes entsteht ein angenehmer Minzduft. Anders als viele Mentha-Arten trägt die Pflanze aber keine langen aufrechten Blütenähren.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Clinopodium douglasii als heimische kalifornische Art, besonders in küstennahen und nördlichen feuchten Wäldern.

Sie wächst unter Eichen und in gemischten Nadelwäldern, an beschatteten Hängen unter Bäumen, in Canyons und manchen Waldschluchten.

Besonders viele Calflora-Beobachtungen stammen aus Marin, San Mateo, Santa Cruz und Monterey. In Sacramento County gibt es relativ wenige natürliche Nachweise. Für das trockene offene Tal ist dieser Bodendecker daher nicht typisch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die immergrünen Blätter können fast das ganze Jahr erhalten bleiben, wenn Schatten und sommerliche Feuchtigkeit vorhanden sind.

Besonders zarter Austrieb folgt auf Regenfälle und erscheint im Frühjahr. Die Blüte fällt überwiegend in Frühjahr und Sommer, beginnt in kälteren Gegenden aber später.

An heißen austrocknenden Stellen können oberirdische Pflanzenteile teilweise welken. Besser ist es, nur wenige frische Blätter aus großen gesunden Beständen zu nehmen und das zusammenhängende kriechende Triebsystem nicht zu zerstören.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blätter. Der National Park Service der USA beschreibt Yerba-Buena-Blätter als essbar. Das Bildungsprojekt der Santa Clara University ergänzt ausdrücklich, dass man sie roh essen kann und nicht nur als heißen Aufguss nutzt.

Die Blätter geben kalten Speisen ein leicht süßliches Minzaroma.

Blüten. Dieselbe ethnobotanische Quelle der Universität bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr kleiner Blüten. Ihr Duft erinnert an Gartenminze.

Eine kleine Handvoll Blätter kann in sauberem kaltem Wasser ziehen, um ein mild duftendes Getränk zu erhalten. Heißer Tee gehört dagegen nicht zu dieser Aufgabe.

Wurzeln und harte alte Stängel werden nicht als Nahrung verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Mentha canadensis und Mentha spicata besitzen häufiger aufrechte vierkantige Stängel und größere gezähnte Blätter. Yerba Buena kriecht dagegen mit dünnen Trieben am Boden.

Einige Zier-Bodendecker und andere rundblättrige Kräuter können ähnlich aussehen, besitzen jedoch nicht diese kleinen zweilippigen Blüten in den Blattachseln.

Der Minzgeruch allein beweist keine Art. Unter stark duftenden Lippenblütlern gibt es Pflanzen, die nicht zum Essen geeignet sind. Daher betrachtet man stets den ganzen Spross, die Blattpaare, die Blüten und den Lebensraum im Wald.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11541
- https://www.nps.gov/articles/000/sfan_botany-news_spring-2022.htm
- https://www.scu.edu/community-heritage-lab/ohlone-heritage-hub/ohlone-native-plant-garden/yerba-buena/

Koriander — frische Blätter und trockene aromatische Früchte · Coriandrum sativum

Coriandrum sativum

In einem kühlen Gemüsegarten wächst gelegentlich ein weiches Würzkraut mit geteilten Blättern, das in den USA meist „cilantro“ genannt wird. Während die Pflanze wächst, werden die Blätter weiter oben am Stängel immer feiner. Danach öffnen sich kleine weißrosa Blüten in Dolden.



Coriandrum sativum mit breiten unteren und fein geteilten oberen Blättern sowie weißen Dolden und gerippten Früchten

Schlaghecken Josef · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist der Echte Koriander, der als Gemüse- und Gewürzpflanze nach Kalifornien eingeführt wurde. Junge Blätter sind roh essbar; die reifen trockenen Früchte liefern nach dem Zerkleinern eine aromatische Würze ohne Erhitzen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, meist zwanzig bis siebzig Zentimeter hoch, mit relativ dünnem aufrechtem verzweigtem Stängel.

Die unteren Blätter stehen an langen Blattstielen, sind breit und rundlich und tief in mehrere gezähnte Abschnitte geteilt. Die oberen Blätter sind dagegen zwei- bis dreifach gefiedert und in sehr schmale, beinahe fadenförmige Abschnitte aufgelöst.



Coriandrum sativum mit breiten unteren und fein geteilten oberen Blättern sowie weißen Dolden und gerippten Früchten

H. Zell · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Blätter und junge Stängel riechen beim Zerreiben sehr markant und kräftig. Die Blütenstände bestehen aus kleinen zusammengesetzten Dolden mit weißen oder blassrosa Blüten. Die äußeren Kronblätter einer Dolde können größer als die inneren sein.

Nach der Blüte entstehen runde gelbbraune gerippte Früchte, jeweils einige Millimeter breit. Jede Frucht enthält zwei Samen. Die getrockneten Früchte duften anders als das Laub: wärmer und würziger.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Coriandrum sativum stammt aus dem östlichen Mittelmeerraum und Westasien und wird in Kalifornien als Koriandergrün und Gewürz angebaut.

Royal Botanic Gardens, Kew, führt die Art als nach Kalifornien eingeführt. Die örtlichen floristischen Listen für Santa Cruz County dokumentieren Pflanzen außerhalb gewöhnlicher Anpflanzungen.

Trotzdem ist Koriander keine allgegenwärtige heimische Pflanze natürlicher Wiesen oder Wälder des Bundesstaats. Am ehesten findet man Selbstaussaat in alten Gartenbeeten, bei Gemüsegärten oder auf gestörtem feuchtem Boden in Siedlungsnähe.

Von behandelten landwirtschaftlichen Flächen und aus Abwassergräben wird nichts roh gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In der kühlen Jahreszeit bilden sich nach der Keimung schnell neue Blätter. Im Sacramento Valley und anderen warmen Tälern ist das Grün im Winter und frühen Frühjahr am angenehmsten.

Sommerliche Hitze führt dazu, dass sich die Pflanze rasch verlängert, blüht und ihre Zartheit verliert. In kühlen Küstenregionen kann die Blattperiode länger dauern.

Weiße Dolden erscheinen im Frühjahr und Frühsommer. Bis zum mittleren oder späten Sommer reifen die runden trockenen Früchte.

Für die Blatternte ist das frühe Stadium geeignet, für die Gewürzfrüchte deren vollständige trockene Reife.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebspitzen. Plants For A Future und gewöhnliche Lebensmittelquellen bestätigen ihren Rohverzehr. Man kann das Grün fein hacken und zu kaltem Gemüse, Fruchtmischungen oder bereits verzehrfertigen Bohnen geben.

Der ausgeprägte Geschmack wird unterschiedlich wahrgenommen: Manche Menschen empfinden ihn als zitrusartig, andere als seifig.

Vollständig reife trockene Früchte. Diese lassen sich ohne Hitze vorsichtig zerreiben und als Gewürzpulver in kalte Dressings oder fertige Speisen geben. Ein Leitfaden der Colorado State University Extension beschreibt die Verwendung getrockneter Korianderfrüchte auf diese Weise.

Grüne unreife Früchte einer unbekannten Doldenpflanze werden niemals gesammelt. Wurzeln und alte harte Stängel gehören nicht zur praktischen Rohkostliste. Große Mengen trockener Gewürzfrüchte werden nicht als selbstständige Mahlzeit gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Petroselinum crispum, Petersilie, besitzt als junge Pflanze ähnlich geteiltes Grün. Duft und Fruchtgestalt unterscheiden sich aber.

Conium maculatum, der Gefleckte Schierling, sowie Cicuta-Arten können tödlich giftig sein. Ihr Blattwerk ähnelt von außen essbaren Doldenblütlern.

Ein einzelner Geruch, eine gefiederte Blattform oder die Nähe zu einem Gemüsegarten reichen für eine sichere Unterscheidung nicht aus. Man muss die ausgewachsene Pflanze mit den unteren und oberen Blättern, den blühenden Dolden und den runden gerippten Früchten erkennen.

Bei jedem Zweifel wird das Kraut stehen gelassen.

QUELLEN

- https://powo.science.kew.org/taxon/840760-1
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Coriandrum+sativum
- https://santacruzmuseum.org/wp-content/uploads/2021/07/Annotated-Checklist-of-the-Vascular-Plants-of-Santa-Cruz-County-California_Dylan-Neubauer_2013.pdf
- https://ucanr.edu/sites/default/files/2020-09/335846.pdf

Kalifornische Schnabel-Hasel — rohe Nuss unter langer Hülle · Corylus cornuta ssp. californica

Corylus cornuta ssp. californica

An Bächen und schattigen Waldrändern Kaliforniens wächst gelegentlich ein hoher ausladender Strauch mit rundlichen gezähnten Blättern.



Corylus cornuta ssp. californica mit rundlichen gezähnten Blättern und Nüssen in langen schnabelförmigen grünen Hüllen

US Bureau of Land Management (kein einzelner Autor angegeben) · Public domain · Wikimedia Commons

Im Herbst hängen darin kleine Nüsse, die jeweils in einer langen röhrenförmigen grünen Hülle stecken, fast wie in einem Vogelschnabel. Das ist Corylus cornuta ssp. californica, die kalifornische Unterart der Schnabel-Hasel.

In der festen Schale liegt ein Nusskern, der ähnlich wie gewöhnliche Haselnuss schmeckt und roh gegessen werden kann. Die grüne Außenhülle kann jedoch mit reizenden Härchen bedeckt sein. Außerdem fällt die Ernte im Vergleich zu Kulturhaselnüssen gewöhnlich gering aus.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch, häufig zwei bis vier Meter hoch, mit mehreren Stämmchen und einer ausladenden Krone.



Corylus cornuta ssp. californica mit rundlichen gezähnten Blättern und Nüssen in langen schnabelförmigen grünen Hüllen

Fungus Guy · Public domain · Wikimedia Commons

Die jungen Zweige sind biegsam und behaart; später verholzen sie. Die wechselständigen Blätter sind rundlich bis breit oval, besitzen einen herzförmigen Grund und scharfe Zähne am Rand, manchmal deutlich doppelt gezähnt.

Im Frühjahr hängen lange männliche Kätzchen an den Zweigen. Sie wurden bereits früher angelegt und öffnen sich vor dem Laubaustrieb. Die weiblichen Blüten sind winzig und in Knospen verborgen; nur die rötlichen Narben ragen heraus.

An ihrer Stelle wachsen Nüsse in einer Hülle aus verwachsenen Hochblättern. Diese verlängert sich stark und wird an der Spitze schmal — daher der englische Name „beaked hazel“.

Auf der Hülle sitzen kleine steife Härchen, die die Haut reizen können. Die reife Nuss darin ist rund oder eiförmig, braun, mit harter Schale und einem ölhaltigen hellen Kern.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verwendet für die heimische kalifornische Unterart den Namen Corylus cornuta ssp. californica.

Im Bundesstaat gibt es ungefähr anderthalbtausend Beobachtungen. Viele liegen aus Marin, Humboldt, Santa Cruz, Sonoma, Trinity und dem Vorgebirge der Sierra Nevada vor.

Die Pflanze wächst an Bächen, kühlen Waldrändern und Hängen sowie in lichten Waldgesellschaften. In der Stadt Sacramento ist sie kein gewöhnlicher Rasenstrauch. In Placer und El Dorado County kommt sie eher an feuchteren Waldstandorten vor.

Sie kann Gruppen bilden. In vielen Jahren sammeln Eichhörnchen, Eichelhäher und andere Tiere jedoch fast alle Nüsse. Auch ein Strauch in einer Zierpflanzung darf nicht ohne Erlaubnis beerntet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die männlichen Kätzchen können bereits im Spätwinter aufblühen, bevor die Blätter vollständig erscheinen.

Junge Blätter wachsen im Frühjahr, die von Hüllblättern verborgenen Nüsse entwickeln sich im Sommer. Plants For A Future nennt für Corylus cornuta eine Samenreife im September und Oktober.

An der kühlen Küste oder im Gebirge können sich die Termine verschieben. In einer unreifen Nuss ist das Innere noch weich, die lederige äußere Hülle bleibt fest geschlossen und grün.

Mit zunehmender Reife wird die harte Nussschale braun; die Nuss beginnt, sich von der Hülle zu lösen. Das Aufsammeln reifer Nüsse nach natürlichem Abfallen ist oft einfacher, sofern der Boden sauber und trocken ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur der reife Nusskern. Der artspezifische Nahrungsführer Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Corylus cornuta.

Die kalifornische Unterart gehört zu demselben botanischen Artkomplex; ihr Vorkommen im Bundesstaat wird gesondert von Calflora bestätigt.

Aus der reifen schnabelförmigen Hülle wird zunächst die Nuss genommen. Dann knackt man die braune Schale und isst den hellen Kern. Er ist leicht süßlich, ölhaltig und schmeckt ähnlich einer kultivierten Haselnuss. Wärme ist dafür nicht erforderlich.

Sichere Reinigung. Die borstigen Hüllblätter können an der Haut hängen bleiben und sie reizen. Deshalb entfernt man sie mit einem Werkzeug oder festen Handschuhen. Die Hülle wird nicht gegessen.

Nüsse mit Schimmel, durch Fäulnis aufgeweichter Schale oder bitterem ranzigem Geruch werden weggeworfen. Der frische Kern lässt sich kalt zerkleinern, sollte aber geschält nicht unnötig lange gelagert werden.

Blätter, männliche Kätzchen, Rinde und Wurzeln sind nicht Teil der Rohkost. Selbst wenn einige Nüsse gefunden werden, sollten nicht alle noch grünen unreifen Früchte entfernt werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Bei der kultivierten Haselnuss Corylus avellana ist die Hülle um die Nuss kürzer und weniger stark schnabelförmig. Der Strauch steht häufiger in Gärten.

Die kalifornische Schnabel-Hasel erkennt man besonders an der langen grünen „Schnabelhülle“, den Kätzchen vor dem Laubaustrieb und den rundlichen gezähnten Blättern.

Auch Birken der Gattung Betula besitzen männliche Kätzchen und gezähnte Blätter. Ihre Früchte sind jedoch ganz anders gebaut und enthalten keine große Nuss in einer röhrenförmigen Hülle.

Bei nahe verwandten Corylus-Formen können Blattgrößen variieren; eine genaue Unterartbestimmung erfordert auch geographische und weitere botanische Merkmale. Eine unbekannte Waldnuss wird nicht allein deshalb gegessen, weil sie in einer grünen Hülle steckt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10818

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=10818
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Corylus+cornuta
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Corylus_cornuta.jpg

Douglas-Weißdorn — schwarze Herbstfrüchte an feuchten Waldrändern · Crataegus douglasii

Crataegus douglasii

An feuchten Waldrändern der nördlichen kalifornischen Berggebiete wächst gelegentlich ein dorniger kleiner Baum, der im Frühjahr weiße Blütengruppen trägt und im Herbst fast schwarze kleine Apfelfrüchte hervorbringt. Es handelt sich um Crataegus douglasii, den Douglas-Weißdorn, im Englischen „black hawthorn“ genannt. Seine reifen Früchte können deutlich wohlschmeckender sein als die mehligen Früchte mancher europäischen Weißdornarten und lassen sich roh essen. Ein großer Teil des Fruchtvolumens wird jedoch teilweise von mehreren harten Samenbestandteilen eingenommen. Zur Nahrung dient vor allem das Fruchtfleisch.



Crataegus douglasii mit schwach gelappten gezähnten Blättern, weißen Blüten und dunkelviolett bis schwarzen Herbstfrüchten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze bildet gewöhnlich einen dichten Strauch oder kleinen Baum, der mehrere Meter hoch werden kann. An den Zweigen sitzen kräftige gerade Dornen, besonders an jungen Seitenzweigen. Manche älteren Exemplare erscheinen allerdings verhältnismäßig dornenarm.

Die wechselständigen Blätter sind oval bis verkehrt eiförmig, mit Zähnen im oberen Teil des Blattrands. Ihre Lappen sind weniger stark ausgeprägt als bei vielen europäischen Weißdornen.

Im Frühjahr öffnen sich fünfzählige weiße Blüten in kleineren Gruppen. In der Mitte sind Staubblätter mit rosa oder rötlichen Staubbeuteln erkennbar. Nach der Blüte bilden sich grüne Früchte, die erst rötlich, anschließend dunkellila und schließlich beinahe schwarz werden. An der Fruchtspitze bleibt ein kleiner sternförmiger Kelch erhalten.



Crataegus douglasii mit schwach gelappten gezähnten Blättern, weißen Blüten und dunkelviolett bis schwarzen Herbstfrüchten

Kymi · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Inneren befinden sich bis zu fünf große harte Samensteine, die eng beieinanderliegen. Botanisch handelt es sich um eine kleine Apfelfrucht, nicht um eine echte Beere mit einem einzelnen Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Crataegus douglasii kommt überwiegend im pazifischen Nordwesten Nordamerikas sowie in Nordkalifornien vor. Im Bundesstaat wächst er an Flussauen, feuchten Wiesen und Waldrändern sowie in kühlen Vorgebirgen.

In der warmen, trockenen Ebene des Sacramento Valley gehört er nicht zu den häufigsten heimischen Obstbäumen. Gepflanzte Weißdorne und eingeschleppte Formen können das örtliche Verbreitungsbild verfälschen. Bei einer Naturbeobachtung muss deshalb zwischen wilden Beständen und angelegter Bepflanzung unterschieden werden.

An einem Bach können einzelne Sträucher reichlich Früchte tragen. Wie groß die Ernte ausfällt, hängt jedoch von der Feuchtigkeit und von späten Frösten ab.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen die Blätter und bald darauf die weißen Blüten, je nach Höhenlage ungefähr zwischen April und Juni. Nach der Bestäubung bleiben die Früchte mehrere Monate grün.

Gegen Ende des Sommers färben sie sich allmählich rot. Im Herbst werden sie dunkelviolett bis beinahe schwarz. In manchen kühlen Gegenden reicht die Reifezeit bis September oder Oktober.

Anschließend vergilben die Blätter und fallen ab. Die weißen Frühlingsblüten bedeuten also nicht, dass schon Früchte vorhanden sind. Eine über Winter am Baum gebliebene trockene Frucht ist zudem meist weniger angenehm als gerade ausgereiftes weiches Fruchtfleisch.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Crataegus douglasii. Das Fruchtfleisch schmeckt süß bis süßsäuerlich und ist für eine so kleine Frucht oft recht saftig. Besonders angenehm sind weiche, vollständig dunkel gewordene Früchte.

Man kann sie frisch essen, nachdem die harten inneren Samensteine sorgfältig entfernt wurden. Diese werden weder zerbissen noch zusammen mit dem Fruchtfleisch gemahlen: Samen verschiedener Rosengewächse können cyanogene Verbindungen enthalten.

Kalt zerdrücktes Fruchtfleisch. Auch das ist ein Weg, denselben bestätigten essbaren Teil ohne Erhitzen zu nutzen. Das von den Steinen getrennte Fruchtfleisch wird sofort gegessen oder mit anderen reifen Früchten gemischt.

Der Artenführer erwähnt außerdem das Trocknen für einen Vorrat. Für eine Zubereitung ohne Feuer sollten zuvor die Samensteine entfernt und nur das weiche Fruchtfleisch an einer sauberen, gut belüfteten Stelle vollständig getrocknet werden. Verschimmelte Früchte sind ungeeignet. Blätter, Rinde und Samen gehören nicht zu den Nahrungsteilen dieses Artikels.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Crataegus monogyna, der im Atlas eigens beschrieben wird, besitzt meist tiefer gelappte Blätter und rote reife Früchte. Beim Douglas-Weißdorn sind die Blattlappen gewöhnlich schwächer ausgeprägt, die reifen Früchte dagegen nahezu schwarz.

Andere heimische Weißdorne können ähnliche Blüten tragen. Entscheidend ist daher die Gesamtheit von Blättern, Dornen und Fruchtmerkmalen.

Besonders wichtig ist die Abgrenzung von anderen Sträuchern mit schwarzvioletten Früchten. Beim Weißdorn bleibt auf der Spitze der kleinen Apfelfrucht ein Kelch stehen; innen befinden sich mehrere große harte Samenbestandteile.

Die Art wird niemals allein anhand einer dunklen Fruchtfarbe bestimmt. Straßenbegleitende oder besprühte Sträucher eignen sich nicht zum Rohverzehr.

QUELLEN

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Crataegus+douglasii
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/cradou
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Crataegus+douglasii
- https://plants.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_crdo2.pdf

Zweigriffeliger Weißdorn — rote Apfelfrüchte und zarte Frühlingsblätter · Crataegus laevigata

Crataegus laevigata

In alten Gärten und entlang früherer Hecken wächst gelegentlich ein kleiner dorniger Baum mit weißen Frühlingsblüten und roten Herbstfrüchten. Seine Blätter sind verhältnismäßig flach gelappt; die Blüten besitzen gewöhnlich zwei oder drei Griffel. Dies ist der europäische Zweigriffelige Weißdorn, ein in Kalifornien selten verwilderter Gast. Das weiche Fruchtfleisch seiner reifen Früchte und die jungen zarten Frühlingsblätter können ohne Erhitzen gegessen werden.



Crataegus laevigata mit flach gelappten Blättern, weißen Frühlingsblüten und roten kleinen Apfelfrüchten

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch oder kleiner Baum, meist drei bis sieben Meter hoch, manchmal auch höher. An den Zweigen sitzen kräftige scharfe Dornen.

Die wechselständigen Blätter besitzen einen keilförmigen Grund und gewöhnlich drei bis fünf relativ flache, gerundete Lappen. Die Zähnung konzentriert sich häufig auf die Spitzen dieser Lappen.

Im Frühjahr erscheinen schirmrispenartige Gruppen kleiner Blüten mit je fünf weißen oder rosafarbenen Kronblättern. In ihrer Mitte stehen oft zwei oder drei Griffel. Gerade dieses Merkmal hilft bei der Unterscheidung von anderen Weißdornarten.



Crataegus laevigata mit flach gelappten Blättern, weißen Frühlingsblüten und roten kleinen Apfelfrüchten

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die Früchte sind rund und rot, ungefähr einen Zentimeter breit. Innerhalb des mehligen Fruchtfleisches liegen gewöhnlich zwei oder drei harte Samensteine.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Crataegus laevigata als nicht heimische Art Kaliforniens auf und verzeichnet nur etwa ein Dutzend Beobachtungen.

Es handelt sich vor allem um einen Baum älterer Pflanzungen und Parks, nicht um einen verbreiteten wilden Weißdorn. Verwilderte Exemplare können dort entstehen, wo Vögel Samen aus Gärten verschleppen.

Die meisten kalifornischen Weißdorne, die man in natürlichen Lebensräumen findet, gehören anderen Arten an. Deshalb darf nicht jedem dornigen Baum mit roten Früchten der Name Crataegus laevigata zugeordnet werden.

Auf Privatgrundstücken darf nur mit Erlaubnis der Eigentümer geerntet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr wachsen die jungen Blätter und weichen Triebspitzen. Kurz darauf öffnen sich die weißen oder leicht rosafarbenen Blüten.

Die Früchte entwickeln sich nach der Blüte und erreichen ihre volle rote Reife gewöhnlich gegen Ende des Sommers oder im Herbst. Junge Blätter sind also früher verfügbar als das reife Fruchtfleisch.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reifes Fruchtfleisch. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Crataegus laevigata. Die kleinen Früchte schmecken mehlig und sind nicht besonders saftig. Im Inneren liegen mehrere große harte Samensteine. Man trennt das Fruchtfleisch vorsichtig ab und isst es frisch, ohne die Steine zu zerbeißen.

Junge Blätter und besonders weiche Triebspitzen. Auch sie werden im artspezifischen Nahrungsführer als roh essbar bestätigt. In kleinen Mengen eignen sie sich für Frühlingssalate. An dornigen Zweigen ist beim Pflücken Vorsicht nötig.

Samen dürfen weder aufgeknackt noch wie Nüsse verwendet werden. Blätter alter Triebe und weitere Pflanzenteile sind hier keine Hauptnahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Crataegus monogyna besitzt oft stärker eingeschnittene Blätter, gewöhnlich nur einen Griffel pro Blüte und einen Samenstein in der Frucht.

Bei Crataegus douglasii werden reife Früchte dunkler und fast schwarz. Da Weißdorne auch Hybriden bilden können, muss die Zahl der Griffel gemeinsam mit Blattform, Frucht und Zweig betrachtet werden.

Eine rote Frucht an einem unbekannten dornigen Strauch beweist keine Essbarkeit. Die harten Samensteine eines Weißdorns sind kein Teil des essbaren Fruchtfleisches.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12394
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Crataegus+laevigata
- https://ask.ifas.ufl.edu/publication/ST210

Eingriffeliger Weißdorn — rote Herbstfrüchte und junge Sprosse · Crataegus monogyna

Crataegus monogyna

An feuchten Waldrändern und bei alten Gärten der mittleren und nördlichen kalifornischen Küstenregionen steht gelegentlich ein dorniger Strauch oder kleiner Baum. Im Frühjahr trägt er weiße Blüten, im Herbst kleine runde rote Früchte.



Crataegus monogyna mit tief gelappten Blättern, spitzen Dornen und roten Herbstfrüchten

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist Crataegus monogyna, der aus Europa eingeführte und örtlich verwilderte Eingriffelige Weißdorn. Das weiche Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte lässt sich roh essen. Im Inneren sitzen jedoch harte Samensteine, die man nicht zerbeißen sollte. Auch junge zarte Triebspitzen sind als rohe Nahrung beschrieben.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch oder Baum, meist zwei bis sechs Meter hoch, gelegentlich größer. An den Zweigen sitzen kräftige gerade Dornen von mehreren Zentimetern Länge, besonders an älteren Trieben.

Die wechselständigen Blätter besitzen drei bis fünf tiefe Lappen, die wie abgerundete Finger aussehen. Ihre Ränder sind gezähnt.



Crataegus monogyna mit tief gelappten Blättern, spitzen Dornen und roten Herbstfrüchten

Krzysztof Golik · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr erscheinen zahlreiche kleine weiße Blüten mit fünf Kronblättern in Gruppen. In der Mitte stehen Staubblätter und gewöhnlich ein Griffel.

Daraus entstehen kleine runde rote Apfelfrüchte. Botanisch sind es keine echten Beeren und auch keine Kirschsteinfrüchte. Im Inneren sitzt ein harter Kernbereich mit einem Samen, der wie ein einzelner Stein wirken kann.

Gegen Ende des Sommers wechseln die grünen Früchte allmählich zu Rot. Im Herbst werden sie weicher und erhalten eine mehlige, leicht säuerliche Fruchtmasse. Eine sichere Bestimmung beruht auf Blättern, Blüten, Dornen und Früchten gemeinsam.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora beschreibt Crataegus monogyna als nicht heimische Art mit begrenzter Invasivität. Besonders viele Beobachtungen stammen aus Marin und San Mateo County. Nachweise gibt es auch aus Sonoma, Humboldt, Placer, Sacramento und weiteren Countys.

Der Baum bevorzugt feuchte Flächen an Bächen, Waldränder, alte Weiden und aufgegebene Pflanzungen.

Im Central Valley stehen manche Sträucher an früheren Gärten oder bewässerten Stellen. In den natürlichen Pflanzengemeinschaften bei Sacramento ist die Art jedoch weniger typisch als an der nördlichen Küste.

Ein Teil der Bäume stammt aus Zierpflanzungen. Sichtbare Früchte über einem Zaun bedeuten nicht, dass man sie ohne Erlaubnis ernten darf.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entfalten sich mit zunehmender Wärme die Blätter. Weiße Blüten folgen häufig zwischen April und Juni, abhängig vom Standort.

Die kleinen grünen Früchte entstehen im späten Frühjahr und Sommer und färben sich allmählich rot. An der Küste und im Vorgebirge sind ausgereifte Früchte gewöhnlich von August bis Oktober verfügbar; einige bleiben länger am Baum hängen. Nach den ersten kühlen Nächten kann das Fruchtfleisch weicher werden.

Junge zarte essbare Triebspitzen stehen wesentlich früher zur Verfügung, nur bevor sie verholzen und harte Dornen bilden. Im Winter ist der Baum kahl; gewöhnlich stehen dann keine neuen weichen Fruchtteile zur Verfügung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das weiche Fruchtfleisch vollständig reifer roter Früchte. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr ausdrücklich. Das Fruchtfleisch ist eher trocken und mehlig und schmeckt nicht immer so angenehm wie ein Gartenapfel; manchmal besitzt es eine leichte Süße.

Die Frucht wird geöffnet, und das rötliche oder gelbliche Fruchtfleisch wird von den inneren harten Samenbestandteilen getrennt. Die Steine werden weder zerbissen noch zermahlen: Bei Weißdorn und anderen Rosengewächsen können Samen cyanogene Verbindungen enthalten.

Junge zarte Sprosse. Der Artenführer bestätigt gesondert ihren Rohverzehr. Solange die Frühlingsspitzen weich und noch nicht verholzt sind, können kleine Mengen gegessen werden. Ältere dornige Zweigstücke und Blätter später Wachstumsstadien werden nicht empfohlen.

In Lebensmittelbüchern werden manchmal getrocknete Fruchtpürees beschrieben. Solange nicht sämtliche inneren Steine entfernt wurden, darf das Ergebnis nicht als sicherer Fruchtpulver-Vorrat angeboten werden. Pflanzungen neben Straßen und Industriegebieten eignen sich nicht für rohe Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wachsen weitere einheimische und eingeführte Crataegus-Arten. Sie unterscheiden sich unter anderem durch die Tiefe der Blattlappen, die Anzahl der Griffel und die Zahl der Samensteine in den Früchten.

Auch Zieräpfel der Gattung Malus besitzen weiße Blüten und kleine rote Früchte, doch Dornen und Blattgestalt unterscheiden sich.

Der kalifornische Toyon, Heteromeles arbutifolia, trägt im Herbst ebenfalls rote Früchte. Seine Blätter sind aber immergrün, nicht tief gelappt; außerdem ist sein Rohverzehr umstritten und im Atlas gesondert aus Sicherheitsgründen zurückgestellt.

Man darf keine unbekannte rote Frucht probieren, ohne Blätter und Frühlingsblüten der Pflanze zu kennen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8429
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8429
- https://pfaf.org/USER/plant.aspx?latinname=Crataegus+monogyna

Kleinköpfiger Pippau — junge bittere Blattrosetten · Crepis capillaris

Crepis capillaris

Auf einer feuchten Frühlingswiese kann zwischen Gräsern eine Rosette langer gezähnter Blätter stehen, die einem kleinen Löwenzahn ähnelt. Später wächst daraus ein dünner reich verzweigter Stängel mit kleinen gelben Blütenköpfchen.



Crepis capillaris mit tief gezähnter grundständiger Blattrosette und stark verzweigten dünnen Stängeln mit gelben Blütenköpfchen

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 us · Wikimedia Commons

Dies ist Crepis capillaris, der Kleinköpfige Pippau, eine eingeschleppte Art der Korbblütler. Ihr junges Laub wird in frischen Wildkräutermischungen verwendet.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige oder zweijährige Pflanze, meist zwanzig bis siebzig Zentimeter hoch. Die länglichen grundständigen Blätter bilden eine Rosette. Sie sind tief gezähnt oder fiederteilig, mit einem größeren Endabschnitt und kleineren seitlichen Zähnen.

Aus der Rosette wachsen recht dünne, häufig stark verzweigte Blütenstängel. Im oberen Stängelabschnitt befinden sich nur wenige Blätter.



Crepis capillaris mit tief gezähnter grundständiger Blattrosette und stark verzweigten dünnen Stängeln mit gelben Blütenköpfchen

Rudolphous · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die kleinen Blütenköpfchen bestehen ausschließlich aus gelben Zungenblüten und sind von schmalen grünen Hüllblättern umgeben. Später entstehen kleine Achänen mit weißen haarigen Pappus-Schirmchen, die der Wind verbreitet.

Wie bei vielen verwandten Korbblütlern kann beim Beschädigen eines Pflanzenteils weißlicher Milchsaft austreten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Crepis capillaris stammt aus Eurasien. In Kalifornien ist die Art nicht heimisch und kommt örtlich auf offenen Grasflächen, Wiesen, Straßenrändern und in gestörten Gärten vor.

Sie bildet nicht im ganzen Bundesstaat dichte Bestände wie manche häufigeren Acker-Korbblütler. Am ehesten wächst sie dort, wo kühle saisonale Feuchtigkeit der Rosette Zeit zur Entwicklung lässt, bevor der Boden im Sommer austrocknet.

Auf Rasenflächen und an Straßenrändern können Herbizide ausgebracht werden. Solche Standorte sind für die Nahrungssuche ausgeschlossen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima können die Samen nach Winterregen keimen. Eine frische Blattrosette entwickelt sich im Winter und Frühjahr.

An der kühlen Küste und in höher gelegenen Gebieten bleiben zarte Blätter mitunter länger verfügbar. Danach verlängert und verzweigt sich der Stängel, die kleinen gelben Blütenköpfchen öffnen sich und am Ende der Blüte reifen leichte Achänen.

Je älter die Blätter werden, desto deutlicher schmecken sie bitter. Für rohen Verzehr sind junge Rosettenblätter vor der Bildung eines hohen Blütenstängels am besten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Die von ECHO bereitgestellte Datenbank Food Plants International sowie europäische Übersichten über essbare Wildpflanzen beschreiben den Verzehr frischer junger Blätter von Crepis capillaris.

Sie werden als mäßig bitteres Salatgrün verwendet, meist zusammen mit milderen Pflanzen. Junge Blätter besitzen eine feinere Mittelrippe und weniger grobe Fasern als alte.

Blütenköpfchen, Wurzeln und Achänen gehören nicht zur Rohkost dieses Artikels, da kein ebenso klarer Beleg für eine bestimmte Zubereitung ohne Erhitzen vorliegt.

Waschen entfernt gewöhnlichen Staub, beseitigt aber keine bereits aufgebrachten chemischen Pflanzenschutzmittel.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Rosetten von Hypochaeris radicata und Hypochaeris glabra sowie manche jungen Lactuca- und Sonchus-Arten sehen ähnlich aus.

Bei Hypochaeris unterscheidet sich gewöhnlich der Bau des Blütenstängels, bei Lactuca die Gestalt der Blätter und der Hüllblätter des Blütenköpfchens.

Eine Rosette ohne Blüten und Früchte ist für die Bestimmung von Crepis capillaris unzuverlässig. Man sollte Verzweigung, Hülle und reife Achänen mit botanischen Beschreibungen vergleichen.

Weißer Milchsaft kommt bei vielen Korbblütlern vor und beweist für sich genommen nicht, dass die Pflanze essbar ist.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2417
- https://www.echocommunity.org/en/resources/ddbd58c6-c70a-4ea3-9b4e-9b5f26bf021e
- https://www.mdpi.com/2223-7747/11/4/519

Blasen-Pippau — bitteres Wintergrün und gelbe Körbchen · Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia

Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia

Auf kalifornischen Küstenwiesen wächst gelegentlich eine Rosette tief eingeschnittener Blätter, die an Löwenzahn erinnert. Später steigen verzweigte Blütenstängel mit gelben Köpfchen darüber auf. Anschließend erscheinen zahlreiche helle, vom Wind getragene Achänen.



Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia mit tief gelappter Winterrosette und verzweigten gelben Blütenköpfchen

Philmarin · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist Crepis vesicaria, in Kalifornien überwiegend als Unterart taraxacifolia verzeichnet. Die jungen Blätter dieser Art gelten als roh essbares, leicht bitteres Salatgrün. Eine sichere Artbestimmung nur anhand eines winterlichen Blattes ist jedoch schwierig.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze überwintert häufig als grundständige Rosette und lebt je nach Bedingungen ein oder mehrere Jahre. Die unteren Blätter sind länglich und können tief in gezähnte Lappen geteilt sein. Größe und Gestalt ändern sich mit dem Alter.

Später wächst ein beblätterter verzweigter Blütenstängel. An den Seitenzweigen sitzen gelbe Blütenköpfchen aus zahlreichen schmalen Zungenblüten. Nach der Blüte entstehen trockene Achänen mit einem weißlichen Haarschopf.



Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia mit tief gelappter Winterrosette und verzweigten gelben Blütenköpfchen

Didier Descouens · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Bei manchen Formen sind unter den Köpfchen eine verdickte Basis des Blütenstängels und auffällige Hüllen aus mehreren Reihen grüner Hochblätter erkennbar.

Der Pippau gehört zu den Korbblütlern. Ein gelbes Blütenköpfchen macht ihn jedoch nicht zum Löwenzahn. Für die Bestimmung müssen die grundständige Rosette, die oberen Blätter, die Verzweigung und die Achänen derselben Pflanze betrachtet werden.

Die kalifornische Unterart taraxacifolia unterscheidet sich botanisch von der typischen europäischen Unterart. Fotos beliebiger Pflanzen mit dem Namen Crepis vesicaria müssen deshalb auf passende Merkmale geprüft werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Kew Plants of the World Online bestätigt das Vorkommen von Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia als eingeführte Unterart in Kalifornien.

Calflora führt sie in Pflanzenlisten der San-Francisco-Halbinsel und küstennaher Schutzgebiete. Sie wächst auf grasigen Hängen und Wiesen, in älteren Gärten und auf gestörten Böden.

Die Art darf nicht als häufiges Massen-Grün des gesamten Sacramento Valley bezeichnet werden. In einigen Küsten-Countys sind einzelne Exemplare im Frühjahr auffällig. An heißen trockenen Standorten welken sie rasch.

Trotz ähnlicher gelber Blütenköpfchen gehört die Pflanze nicht zu derselben Gattung wie Gartensalat der Gattung Lactuca.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen entwickeln sich neue Blattrosetten. Gerade der frühe Austrieb von Dezember bis März oder Anfang April ist im milden Klima für den Rohverzehr am geeignetsten.

Später verlängern sich die Stängel. Gelbe Blütenköpfchen öffnen sich gewöhnlich im Frühjahr oder Frühsommer. An kühleren Standorten kann die Blüte länger dauern; auf heißem austrocknendem Boden endet der Lebenszyklus schnell.

Zur Samenreife werden die Grundblätter bitterer und sterben teilweise ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Blätter von Crepis vesicaria, beispielsweise in Salaten. Sie schmecken recht bitter.

Für den kalifornischen Atlas muss diese Angabe vorsichtig auf die hier vorkommende Unterart taraxacifolia bezogen werden. Dass eine Aussage auf Artenebene vorliegt, ist kein Nachweis dafür, dass alle Unterarten botanisch gleich sind.

Am besten nimmt man kleine weiche Blätter, bevor der Blütenstängel wächst. Eine geringe Menge kann fein geschnitten und unter milderes Grün gemischt werden.

Nicht die gesamte ausgewachsene Pflanze. Blüten, Wurzeln, Samen und grobe Blütenstängel werden in der artspezifischen Quelle nicht als eigenständige rohe Nahrung bestätigt und daher nicht empfohlen. Bei starkem Bittergeschmack alter Pflanzen sollte keine erfundene „sichere Menge“ angegeben werden; entscheidend sind eine sichere Bestimmung und die passende junge Entwicklungsphase.

Von Straßenrasen und landwirtschaftlichen Flächen, die mit Herbiziden behandelt sein könnten, wird nicht gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Gewöhnliche Löwenzahn Taraxacum officinale besitzt einzelne Blütenköpfchen auf jeweils blattlosen hohlen Blütenstielen. Beim Pippau ist der Blütenstand verzweigt.

Hypochaeris radicata und Hypochaeris glabra bilden ähnliche Rosetten und gelbe Köpfchen, unterscheiden sich jedoch in den Hüllblättern, Stängeln und Früchten.

Beim Kompass-Lattich Lactuca serriola sitzen häufig Stacheln auf der zentralen Blattader. Vor der Blüte ist eine sichere Artbestimmung besonders schwierig. Blätter einer unbekannten Rosette dürfen nicht allein deshalb gegessen werden, weil sie einer vertrauten Pflanze ähneln.

In geschützten Wiesen kann das Sammeln verboten sein.

QUELLEN

- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:77110919-1
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Crepis+vesicaria
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px1508

Echte Quitte — aromatische gelbe Frucht nur weich roh genießbar · Cydonia oblonga

Cydonia oblonga

Im späten Herbst hängen an alten Gartenbäumen gelegentlich große goldgelbe, stark duftende Früchte. Sie erinnern an Birnen, besitzen aber auf der Schale einen feinen Flaum und gewöhnlich ein wesentlich festeres Fruchtfleisch.



Cydonia oblonga mit breiten filzig unterseitigen Blättern und einer goldgelben flaumigen reifen Quitte

Pryma · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Cydonia oblonga, die Echte Quitte. In Kalifornien verwildert sie nur selten. Anders als viele andere Gartenfrüchte bleiben die meisten Quitten selbst nach dem Ausreifen sehr hart und herb. Roh sind nur vollständig ausgereifte, weich gewordene Früchte oder geeignete weichfleischige Sorten sinnvoll zu essen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Quitte wächst als sommergrüner Strauch oder kleiner Baum, gewöhnlich drei bis sechs Meter hoch, mit einer breiten Krone und graubrauner Rinde. Junge Zweige sind mit feinen gräulichen Haaren bedeckt.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind breit oval, ganzrandig und kurz gestielt. Ihre Unterseiten tragen einen dichten silbrigen Filz und sind deutlich heller als die Oberseiten.



Cydonia oblonga mit breiten filzig unterseitigen Blättern und einer goldgelben flaumigen reifen Quitte

Rillke · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die großen einzelnen weißen oder blassrosa Blüten besitzen fünf Kronblätter und erscheinen an den Enden kurzer Zweige, nachdem sich die Blätter entfaltet haben.

Die Frucht ist gewöhnlich groß, birnen- oder apfelförmig. Während des Wachstums trägt sie einen deutlich sichtbaren Flaum. Bei voller Reife wird sie golden und verströmt einen intensiven Fruchtduft. Im Inneren liegen mehrere Samenkammern mit flachen dunklen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Cydonia oblonga als nicht heimischen, aus Kulturen verwilderten Baum und verzeichnet lediglich einige Dutzend Beobachtungen.

Die Quitte gehört vor allem zu verlassenen Obstgärten, älteren Bauernhöfen und botanischen Pflanzungen und ist kein gewöhnlicher Baum der kalifornischen Naturwälder.

In warmen Tälern verträgt sie einen heißen Sommer gut, sofern ausreichend Feuchtigkeit vorhanden ist. In der Gegend um Sacramento können einzelne Bäume nahe Siedlungen wachsen.

Auf Privatgrundstücken darf nur mit Erlaubnis der Eigentümer geerntet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die weißen bis rosafarbenen Blüten öffnen sich gewöhnlich im Frühjahr, später als die vieler Apfelbäume.

Die Früchte entwickeln sich im Sommer. Ihre gelbe Farbe und ihr intensiver Duft entstehen gegen Herbst, oft zwischen September und November.

Kälte kann die weitere Reifung aufhalten. Manche Früchte bleiben selbst bei voller Reife für eine Ernährung ohne Erhitzen zu hart. Auch das natürliche Nachlagern macht sie nicht immer angenehm essbar.

Einige weichfleischigere Sorten besitzen in warmem Klima deutlich saftigeres Fruchtfleisch. Deshalb ist die tatsächliche Beschaffenheit wichtiger als die gelbe Farbe allein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur das weiche Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte. Plants For A Future beschreibt, dass bestimmte Quittenformen in warmem Klima nach vollständigem Ausreifen roh gegessen werden können.

Voraussetzung sind ein wirklich weiches, saftiges, aromatisches Fruchtfleisch und das Fehlen starker Adstringenz. Die Frucht wird geschnitten; Kerngehäuse und Samen werden vollständig entfernt.

Bei den meisten verwilderten oder älteren Kulturformen bleibt das Fruchtfleisch selbst bei gelber Schale hart und zusammenziehend. Eine solche Quitte eignet sich nicht für die hier beschriebene Ernährung ohne Feuer.

Samen dürfen weder zerkaut noch zermahlen werden, da sie cyanogene Verbindungen enthalten. Rinde, Blätter und das bittere Kerngehäuse sind keine Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Europäische Birne Pyrus communis besitzt gewöhnlich glattere Blätter mit fein gezähnten Rändern und keine so dicht silbrig-filzige Blattunterseite.

Die Asiatische Birne Pyrus pyrifolia entwickelt bereits bei normaler Reife knackig-saftige Früchte. Die Echte Quitte erkennt man dagegen am sehr charakteristischen starken Duft und der anfangs flaumigen Fruchtschale.

Auch Äpfel unterscheiden sich in Zweigen, Blättern und Fruchtbau. Die chinesische Scheinquitte Pseudocydonia sinensis hat ein anderes Erscheinungsbild von Rinde und Laub.

Zur Bestimmung gehört stets der gesamte Baum und nicht lediglich eine birnenförmige gelbe Frucht.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8716
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cydonia+oblonga
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cydonia_Oblonga.jpg

Erdmandel — süße unterirdische Knöllchen der Gelben Segge · Cyperus esculentus

Cyperus esculentus

An feuchten Stellen kalifornischer Täler wächst gelegentlich ein hohes hellgrünes Grasgewächs, das leicht mit gewöhnlichen Gräsern verwechselt werden kann. Seine wichtigste Nahrung befindet sich unsichtbar unter dem Boden: An dünnen unterirdischen Ausläufern entstehen kleine runde Knöllchen mit fester Haut und süßlich-nussigem Geschmack.



Cyperus esculentus mit hellgrünen schmalen Blättern, goldbraunen Ährchen und kleinen unterirdischen Erdmandel-Knöllchen

JMK · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Pflanze heißt Cyperus esculentus, Erdmandel oder Gelbes Zypergras. Sie wird auch als Chufa oder Tigernuss bezeichnet, obwohl sie botanisch nicht zu den Nussbäumen gehört.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Erdmandel ist eine ausdauernde Pflanze aus der Familie der Sauergräser und wird gewöhnlich etwa dreißig bis neunzig Zentimeter hoch.

Die aufrechten grünen Triebe sind glatt und besitzen einen fühlbar dreikantigen Querschnitt. Die langen schmalen Blätter haben keinen auffälligen Stiel; sie stehen in Dreiergruppen an der Stängelbasis.



Cyperus esculentus mit hellgrünen schmalen Blättern, goldbraunen Ährchen und kleinen unterirdischen Erdmandel-Knöllchen

Marco Schmidt · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die Blattspreiten sind relativ fest, glänzend, hell- bis gelbgrün und besitzen eine deutliche mittlere Falte. Im Querschnitt kann ein Blatt deshalb V-förmig erscheinen.

Im Sommer entwickelt sich am Ende des Blütenschafts ein doldiger Blütenstand mit mehreren unterschiedlich langen Strahlen. Daran sitzen zahlreiche schmale goldbraune Ährchen. Unter dem Blütenstand wachsen lange grüne blattähnliche Hochblätter.

Die unscheinbaren Blüten besitzen keine großen Kronblätter. Die Früchte sind sehr klein; für die Vermehrung der Pflanze spielen unterirdische Knöllchen eine besonders große Rolle.

Unter der Erde wachsen von der Stängelbasis dünne waagerechte Rhizome. Bei dieser Art entsteht am Ende eines einzelnen Rhizoms gewöhnlich ein rundes braunes bis fast schwarzes Knöllchen mit dünner Haut.

Daneben können neue oberirdische Triebe entstehen, sodass das Zypergras dichte Gruppen bildet.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

UC IPM verzeichnet Cyperus esculentus in ganz Kalifornien, überwiegend unterhalb von tausend Metern Höhe.

Besonders gut gedeiht die Pflanze an warmen, regelmäßig feuchten Standorten: an bewässerten Feldern, auf feuchten Brachen, an Gemüsegärten, in flachen Senken und nahe Kanälen.

Im Central Valley kann sie größere Flächen besiedeln und gilt als schwer zu bekämpfendes Unkraut. Ein trockener Kiefernwald ist dagegen kein typischer Standort.

Auch innerhalb eines Tals wächst sie nicht überall. Sie benötigt Feuchtigkeit und offene sonnige Stellen.

Für den Rohverzehr ist die Herkunft des Wassers und die Sauberkeit des Bodens entscheidend. Ein Graben, Weidegelände oder bewässertes Feld ist nicht automatisch eine sichere Quelle unterirdischer Nahrung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Frühjahr. Sobald die Erde wärmer wird, treiben aus überwinternden Knöllchen frische Blätter und Stängel. Die jungen Stängelbasen sind noch weich.

Sommer. Die Pflanzenbestände wachsen rasch. Hellbraune Ährchen werden sichtbar, und an den Rhizomenden bilden sich neue Knöllchen.

Spätsommer und Herbst. Die unterirdischen Knöllchen sind dann meist besser entwickelt und können auch nach dem Absterben der Blätter im Boden bleiben.

Winter. Das oberirdische Grün verschwindet häufig, doch die Knöllchen können bis zum nächsten Frühjahr im Erdreich überdauern. Daraus folgt nicht, dass Knöllchen aus kaltem nassem Boden automatisch von guter Lebensmittelqualität sind.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Unterirdische Knöllchen. Sie sind der wichtigste essbare Teil. Die North Carolina State University Extension bestätigt ausdrücklich, dass man sie roh essen kann.

Die Knöllchen sind klein, fest und haben einen süßen, an Mandeln erinnernden Geschmack. Vor dem Essen müssen die dünne Schale und besonders die feinen Rillen mit sicherem Wasser sorgfältig von Erde befreit werden.

Knöllchen aus Böden mit Abwasser, Mist, Herbiziden oder unbekannten Behandlungen sind für den Rohverzehr ungeeignet. Einfaches Abspülen beseitigt nicht zuverlässig alle Verunreinigungen.

Basis junger Stängel. Die botanische Sammlung der UC Irvine erwähnt auch deren Rohverzehr. Sie ist jedoch deutlich weniger nahrhaft als die Knöllchen und nur bei sicher bestimmter Art von Interesse.

In verschiedenen afrikanischen und mediterranen Ernährungstraditionen ist Chufa vor allem als rohes Knöllchen bekannt. Aus zerkleinerten Knöllchen und kaltem Wasser werden auch Getränke hergestellt.

Für Reisende sind die genaue Artbestimmung und sauberer Boden wichtiger als ein Rezept. Unterirdische Nahrung darf nicht zum Eintrag von Schmutzwasser oder bodenbürtigen Krankheitserregern führen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Das Purpurrote Zypergras Cyperus rotundus sieht ähnlich aus, bleibt aber gewöhnlich niedriger und dunkler und trägt rötlichbraune Ährchen. Seine unterirdischen Knöllchen entstehen häufiger in Ketten an einem Rhizom.

Bei Cyperus esculentus sind die Ährchen goldbraun, und die Knöllchen stehen einzeln an den Enden der Rhizome.

Cyperus eragrostis bildet keine solchen Knöllchen, sondern dichtere Stängelbüschel. Auch Kyllinga brevifolia kann auf kurz geschnittenen Rasenflächen ähnlich aussehen, entwickelt aber nicht die charakteristischen unterirdischen Knollen.

Eine einzelne dreikantige grüne Grasähre reicht für die Bestimmung nicht. Benötigt werden sowohl der Blütenstand als auch die unterirdische Gestalt.

QUELLEN

- UC Statewide IPM — Yellow Nutsedge: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/yellow-nutsedge/
- UC Statewide IPM — Nutsedge: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/nutsedge/
- NC State Extension — Cyperus esculentus: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/cyperus-esculentus/
- UC Irvine Botanical Site — Cyperus esculentus: https://nathistoc.bio.uci.edu/plants/Cyperaceae/Cyperus%20esculentus.htm

Amerikanische Kaki — sehr weiche süße Herbstfrüchte · Diospyros virginiana

Diospyros virginiana

Im Herbst steht bei einer alten Farm manchmal ein Baum mit glatten glänzenden Blättern und runden orangefarbenen Früchten. Solange sie fest sind, wirkt das Fruchtfleisch so zusammenziehend, dass man es kaum essen möchte.



Diospyros virginiana mit glänzenden ovalen Blättern, rundlichen orangefarbenen Früchten und großem vierlappigem Kelch

Peterwchen · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Erst vollständig ausgereift wird die Frucht beinahe geleeartig, sehr süß und aromatisch. Dies ist die Amerikanische Kaki oder Virginische Dattelpflaume: ein ursprünglich im östlichen Nordamerika heimischer Baum, der auch in Kalifornien angepflanzt wurde und manchmal außerhalb alter Gärten erhalten bleibt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Diospyros virginiana ist ein sommergrüner Baum, gewöhnlich fünf bis fünfzehn Meter hoch, gelegentlich erheblich größer.

Die Krone ist rundlich. Alte Stämme tragen eine dunkle Rinde mit kleinen fast quadratischen Rissen. Die einfachen wechselständigen Blätter sind oval bis elliptisch, ganzrandig, vorn zugespitzt und haben eine helle Mittelader.

Im späten Frühjahr erscheinen kleine cremefarbene glockenförmige Blüten. Männliche und weibliche Blüten wachsen gewöhnlich auf getrennten Bäumen.

Danach entwickeln sich runde Beeren von etwa zwei bis fünf Zentimetern Durchmesser. An der Fruchtbasis ist ein großer vierlappiger grünbrauner Kelch zu erkennen. Im Inneren liegen meist mehrere große flache Samen; einzelne Früchte können aber auch samenlos sein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Diospyros virginiana in Kalifornien als nicht heimisch und dokumentiert nur wenige Dutzend Beobachtungen.

Häufiger handelt es sich um Bäume früherer Obstgärten, Sammlungspflanzungen oder um deren Nachkommen als um wild wachsende Bäume kalifornischer Wälder.

Im Sacramento Valley kann die Kaki bei ausreichender Feuchtigkeit die Sommerhitze vertragen. Natürliche dichte Bestände in der Umgebung der Stadt gibt es jedoch nicht.

Früchte auf Privatgrundstücken dürfen nur mit Zustimmung der Eigentümer gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte fällt gewöhnlich in das späte Frühjahr oder den Frühsommer. Die Früchte wachsen den gesamten Sommer.

An warmen Standorten kann die Reife im Herbst beginnen. Einige Früchte hängen noch nach den ersten kühlen Nächten am Baum.

Die Fruchtfarbe reicht von Orange über Gelblich bis zu bräunlichem Orange. Das entscheidende Merkmal der Essreife ist aber nicht allein die Farbe: Das Fruchtfleisch muss extrem weich, beinahe cremig sein.

Feste geerntete Früchte können ohne Erhitzen nachreifen. Bei Fäulniszeichen sind sie jedoch nicht mehr zum Verzehr geeignet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig ausgereiftes Fruchtfleisch. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Diospyros virginiana.

Eine sehr weiche Frucht kann mit den Händen geöffnet werden. Die süße orangefarbene Fruchtmasse wird von den großen flachen Samen, der Schale und dem Kelch getrennt.

Der Geschmack ist reichhaltig und erinnert an eine Mischung aus Datteln und Aprikosen. Dies ist eine der wenigen saisonal sehr süßen Pflanzennahrungen, die keine Zubereitung mit Feuer benötigen.

Saubere Früchte lassen sich auch natürlich trocknen, sofern sie dabei nicht faulen.

Die Samen werden im Artenführer hauptsächlich nach dem Rösten beschrieben und gehören daher nicht zur Ernährung ohne Feuer. Auch Blätter und Rinde gelten hier nicht als rohe Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Japanische Kaki Diospyros kaki trägt häufig größere Früchte, doch einzelne Sorten besitzen ebenfalls kleinere. Die Größe einer Frucht allein bestimmt daher nicht die Baumart.

Entscheidend sind Blattgestalt, der kräftige vierlappige Kelch, die Jahreszeit und gegebenenfalls die Herkunft der Pflanzung.

Kleine unreife Früchte können auch an Wildäpfel oder andere orangefarbene Früchte erinnern. Die Amerikanische Kaki besitzt jedoch den auffallenden Kelch und einen anderen inneren Fruchtbau.

Auch an einem zweifelsfrei bestimmten Kaki-Baum dürfen unreife Früchte nicht gegessen werden: Ihr Gehalt an zusammenziehenden Gerbstoffen ist wesentlich höher.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9863
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Diospyros+virginiana

Mauer-Doppelsame — pfeffrige junge Blätter mit gelben Blüten · Diplotaxis muralis

Diplotaxis muralis

Auf trockenem gestörtem Boden an einem Straßenrand oder bei einem alten Gemüsegarten wächst gelegentlich eine kleine Rosette eingeschnittener Blätter. Später erheben sich darüber dünne Stängel mit leuchtend gelben vierblättrigen Blüten, die denen von Rucola ähneln.



Diplotaxis muralis mit tief gelappter Blattrosette, gelben Kreuzblüten und langen schmalen Samenschoten

Fornax · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Das ist Diplotaxis muralis, der Mauer-Doppelsame, eine europäische eingeschleppte Art, die in Kalifornien nur örtlich verwildert. Ihre jungen Blätter können roh als pfeffriges würziges Grün gegessen werden, sofern sie auf sauberem Boden gewachsen sind.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein meist einjähriges, gelegentlich kurzlebig mehrjähriges Kraut, ungefähr fünfzehn bis fünfzig Zentimeter hoch.

Vom Wurzelbereich geht eine grundständige Rosette länglicher tief fiederlappiger Blätter aus. Ein großer Endlappen steht mehreren kleineren seitlichen Lappen gegenüber.



Diplotaxis muralis mit tief gelappter Blattrosette, gelben Kreuzblüten und langen schmalen Samenschoten

Fornax · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die Stängelblätter sind kleiner, manchmal fast ganzrandig und nur leicht gezähnt. Die grünen Stängel sind relativ glatt und verzweigt. Werden sie verletzt, kann ein typischer kohlartiger Geruch entstehen.

Die Blüten stehen in kurzen Trauben. Jede besitzt vier kreuzförmig angeordnete gelbe Kronblätter und sechs Staubblätter.

Nach der Blüte entwickeln sich lange schmale gerade Schoten, in denen die kleinen Samen in zwei Reihen liegen. Diese Anordnung spiegelt sich im Gattungsnamen Diplotaxis wider.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Diplotaxis muralis als nicht heimische Art und verzeichnet einige Dutzend Beobachtungen im Bundesstaat.

Die Pflanze erscheint auf trockenen gestörten Flächen, an Eisenbahnen, alten Feldern, städtischen Brachen und Straßenböschungen, unter anderem in Küstenregionen Süd- und Mittelkaliforniens.

Größere gelb blühende Pflanzenbestände im Sacramento Valley bestehen häufiger aus anderen Senfgewächsen.

Mauer-Doppelsame ist zwar zu finden, darf aber nicht als überall massenhaft verfügbares Nahrungskraut eingeordnet werden. Gerade an Straßen ist die Gefahr belasteter Böden erhöht.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die junge Rosette entsteht nach Winterregen, in den tieferen Lagen häufig zwischen Januar und März.

Mit zunehmender Wärme wachsen die Blütenstängel und die ersten gelben Blüten öffnen sich. An trockenen warmen Standorten endet der Lebenszyklus dann rasch.

Auf kühlen Küstenhängen können junge Blättchen auch noch im Frühjahr erscheinen.

Für den Rohverzehr eignen sich vor allem kleine Blätter vor dem starken Strecken des Stängels. Später werden sie fester und bitterer.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr bei Diplotaxis muralis.

Sie schmecken scharf wie Rucola, manchmal mit einem kräftig senfartigen Nachgeschmack. Fein gehackt können wenige Blätter als Würze unter mildes Grün gemischt werden.

Bei einzelnen Pflanzen verstärkt sich die Schärfe besonders bei trockenem heißem Wetter.

Junge Blütenknospen und Samen sind in der betrachteten artspezifischen Quelle nicht als eigenständige bestätigte Rohkost hervorgehoben. Sie gehören deshalb nicht zur Nahrungsliste.

Pflanzen von Straßenrändern und chemisch behandelten Gärten werden nicht als frisches Grün gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Diplotaxis tenuifolia, die im Atlas ebenfalls beschrieben wird, ist ausdauernd. Ihre Stängel verholzen mitunter am Grund, ihre Blätter sind gewöhnlich schmaler, und die Pflanze kann zu einem höheren Busch werden.

Eruca vesicaria besitzt hellere Blüten mit violetten Adern; die Blüten von Diplotaxis muralis sind gelb.

Hirschfeldia incana und Brassica nigra unterscheiden sich in Fruchtbau und Blattanordnung.

Gelbe Kreuzblüten kommen bei vielen Arten vor. Für eine sichere Bestimmung sind daher Rosettenblätter, Blüten und reife Schoten gemeinsam erforderlich.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2735
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Diplotaxis+muralis
- https://pfaf.org/plants/wall-rocket-diplotaxis-muralis/

Schmalblättriger Doppelsame — wilde Rucola als scharfe Rohkost · Diplotaxis tenuifolia

Diplotaxis tenuifolia

Auf einer kalifornischen Brache kann zwischen trockenem Boden ein widerstandsfähiges ausdauerndes Kraut mit tief eingeschnittenen schmalen Blättern wachsen. Darüber stehen dünne Zweige mit leuchtend gelben vierblättrigen Blüten.



Diplotaxis tenuifolia mit schmalen tief eingeschnittenen Blättern, gelben Blüten und langen dünnen Schoten

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

Wenn man ein Blatt zerreibt, riecht es stark senfartig und nussig, wie wilde Rucola. Dies ist Diplotaxis tenuifolia, der Schmalblättrige Doppelsame oder ausdauernde wilde Rucola. Die Art wurde nach Kalifornien eingeführt und ist örtlich verwildert.

Ihre jungen Blätter sind als roh essbar bestätigt, aber so kräftig im Geschmack, dass sie vor allem als kleine Würzbeigabe taugen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes Kraut, gewöhnlich zwanzig bis sechzig Zentimeter hoch, mit verhältnismäßig kräftigem Grund und mehreren verzweigten Trieben.



Diplotaxis tenuifolia mit schmalen tief eingeschnittenen Blättern, gelben Blüten und langen dünnen Schoten

Alex Lockton · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die wechselständigen graugrünen Blätter sind schmal länglich bis tief gelappt und tragen mehrere langgezogene seitliche Lappen.

Der Blattrand kann in einzelnen Abschnitten ganzrandig oder gezähnt sein. Blätter unterschiedlichen Alters sehen deutlich verschieden aus.

Die Stängel sind meist glatt und nur am Grund leicht behaart oder vollständig unbehaart.

Jede leuchtend gelbe Blüte besitzt vier runde Kronblätter und sechs Staubblätter. Die Blüten stehen an den Enden der Zweige.

Danach entwickeln sich lange dünne Schoten. Darin liegen kleine Samen in zwei Reihen, worauf der Gattungsname Diplotaxis verweist. Von Weitem erinnern diese Schoten an feine Stäbchen.

Bei älteren Pflanzen werden die unteren Blätter grob, während der obere Bereich noch blühen kann.

Zur Bestimmung sollte man sowohl ein eingeschnittenes Blatt als auch eine gelbe Blüte und die bereits entwickelte Frucht betrachten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Diplotaxis tenuifolia als nicht heimische Pflanze gestörter kalifornischer Flächen.

Die Art ist aus Städten und von Rändern landwirtschaftlich genutzter Gebiete bekannt. Sie bevorzugt offene sonnige Standorte.

Im Gegensatz zu kurzlebigen Winter-Senfgewächsen kann sie mehrere Jahreszeiten überdauern und aus derselben Basis immer wieder neue Blätter bilden.

Auf trockenen steinigen Flächen hält sie sich gut, doch die Zartheit ihrer Blätter hängt von der Wasserverfügbarkeit ab.

Sie darf nicht als überall häufiges Kraut der natürlichen Wiesen um Sacramento betrachtet werden. Wahrscheinliche Fundorte sind alte Brachen, Risse neben Straßen und aufgegebene Gartenpflanzungen. Gerade diese Standorte können verschmutzt und für rohe Nahrung ungeeignet sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Winterregen wächst aus der lebenden Basis neues Blattgrün. Im Frühjahr sind die Blätter besonders weich.

Im Sommer erscheinen gelbe Blüten und nach und nach lange Schoten. Plants For A Future beschreibt die Möglichkeit eines erneuten Blattaustriebs vom frühen Frühjahr bis in den Herbst.

Im milden Klima können einzelne Pflanzen bei genügender Feuchtigkeit weiterwachsen. Bei starker trockener Hitze werden die Blätter dagegen hart und ungewöhnlich scharf.

Die Blüten tragenden Triebspitzen können noch grün sein, wenn die unteren Blätter bereits vertrocknet sind. Für den Verzehr muss nicht die Samenreife abgewartet werden: Entscheidend ist das junge Blattstadium.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Diplotaxis tenuifolia. Der Geschmack erinnert an Rucola, ist aber deutlich kräftiger und schärfer.

Die Blätter können fein geschnitten und in geringen Mengen unter milderes Grün gemischt werden. Alte Blätter schmecken bitterer und werden fester. Deshalb ist neuer Austrieb nach kühlem feuchtem Wetter am besten.

Frisches Blattgrün kann auch ohne Erhitzen als Würze neben kaltem Gemüse verwendet werden. Eine gekochte Sauce ist dafür nicht nötig.

Die artspezifische Nahrungsquelle bestätigt vor allem die Blätter, nicht Blüten, Samen, Wurzeln oder ganze Stängel. Gelbe Blüten und lange Schoten helfen hier hauptsächlich bei der botanischen Bestimmung.

Zu große Portionen scharfen Senfgrüns können die Verdauung reizen. Deshalb wird von massenhaftem Verzehr abgeraten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Brassica nigra besitzt ebenfalls gelbe Blüten. Blätter und ausgereifte Schoten sehen jedoch anders aus, die Pflanze ist meist einjährig und wesentlich höher.

Bei Sisymbrium irio sind die Blüten kleiner und blasser; die dünnen Schoten und die Teilung der unteren Blätter unterscheiden sich ebenfalls.

Die gewöhnliche Saat-Rucola Eruca vesicaria besitzt cremefarbene oder weißliche Kronblätter mit Adern und einen anderen Wuchs.

Ähnlicher Geruch macht zwei Pflanzen nicht zur selben Art. Wenn die Bestimmung allein auf einem scharfen Geschmack beruht, darf nicht gesammelt werden.

Pflanzen unmittelbar neben Straßen und auf herbizidbehandelten Flächen sind für rohe Nahrung ungeeignet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2736
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Diplotaxis+tenuifolia

Engelmanns Igelsäulenkaktus — rote Früchte zwischen langen Dornen · Echinocereus engelmannii

Echinocereus engelmannii

An steinigen Wüstenhängen Südkaliforniens sieht man gelegentlich Gruppen kurzer zylindrischer Kakteen. Im Frühjahr öffnen sich über den langen Dornen große leuchtend purpurfarbene Blüten. Später reifen an ihrer Stelle rote Früchte heran, die einzelne indigene Völker des westlichen Wüstenraums frisch verzehrten.



Echinocereus engelmannii mit gerippten zylindrischen Trieben, langen Dornen, purpurfarbenen Blüten und rötlichen Früchten

Tom Hilton · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Im Gegensatz zu den flachen Gliedern der Opuntien besitzt Echinocereus engelmannii zylindrische Triebe mit deutlichen längs verlaufenden Rippen. Eine Pflanze kann aus wenigen bis zu mehreren Dutzend aufrechten Trieben bestehen. Jede Rippe trägt viele Areolen mit längeren Mitteldornen und kürzeren Randdornen; sie können hell, rötlich oder grau sein. Einzelne Triebe erreichen gewöhnlich einige Dutzend Zentimeter Höhe.

Die Blüten sind im Verhältnis zum Stängeldurchmesser sehr groß. Sie besitzen zahlreiche schmale kräftig rosa, purpurne oder fuchsienfarbene Blütenhüllblätter. In ihrer Mitte stehen gelbe Staubblätter und eine grüne Narbe.

Die sich entwickelnden Früchte sind fleischig und rötlich; auch junge Früchte tragen schützende Dornen. Ohne Blüten und weitere Merkmale lassen sich Wüstenarten der Gattung Echinocereus oft schwer unterscheiden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In Kalifornien ist die Art aus der Mojave- und der Colorado-Wüste bekannt, unter anderem aus San Bernardino, Riverside, Inyo, San Diego und Imperial County. Sie wächst zwischen Steinen und Wüstensträuchern sowie in lichten Pinyon-Wacholder-Beständen.

Im Sacramento Valley bildet dieser Kaktus keine natürlichen großen Populationen. Einige Varietäten besitzen sehr kleine Verbreitungsgebiete und einen Schutzstatus.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach winterlichen und frühjährlichen Niederschlägen beginnt die Blüte meist im Frühjahr; an kühleren Standorten kann sie bis zum Frühsommer dauern. Die Früchte reifen danach, häufiger im späten Frühjahr und Sommer.

In sehr trockenen Jahren können sowohl Blüten als auch Früchte spärlich bleiben.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Eine ethnobotanische Untersuchung aus Wüstengebieten Nevadas beschreibt den frischen Verzehr von Früchten dieser Kakteenart.

Für den Rohverzehr kommt ausschließlich das Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte infrage, nachdem sämtliche äußeren Dornen restlos entfernt wurden. Unreife feste grüne Früchte, Stängel und Blüten dürfen nicht deshalb als rohe Nahrung gelten, weil eine Kakteenart essbare Früchte trägt.

Die Früchte sind klein. Ihre Ernte rechtfertigt keine Beschädigung eines langlebigen Kaktus. Wegen der Seltenheit mancher Populationen ist diese Art vor allem zum Kennenlernen und Bestimmen interessant und nicht als verlässliche Quelle großer Lebensmittelvorräte.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Andere Echinocereus-Arten der Wüsten besitzen ebenfalls gerippte Stängel und große Blüten; einige blühen rot statt purpurfarben. Opuntia-Arten haben flache fleischige Glieder, während Mammillaria meist einzelne Höcker statt längs verlaufender Rippen besitzt.

Eine sichere Artbestimmung erfordert die Betrachtung von Rippzahl, Dornanordnung und Blütenbau. Die seltene Varietät Echinocereus engelmannii var. howei wird in Kalifornien als geschützt geführt.

Aus natürlichen Populationen, besonders aus Parks und anderen Schutzgebieten, darf ohne rechtliche Erlaubnis nichts ausgegraben oder abgeschnitten werden.

QUELLEN

- DOE/Nevada, ethnobotanical study of Echinocereus engelmannii: https://www.osti.gov/servlets/purl/137690
- Calflora, Echinocereus engelmannii: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2878

- Calflora, seltene Varietät howei: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2879
- FloraFinder, Beschreibung und Früchte: https://florafinder.org/Species/Echinocereus_engelmannii.php

Schmalblättrige Ölweide — silbernes Laub und süße mehlige Früchte · Elaeagnus angustifolia

Elaeagnus angustifolia

An trockenen Straßenrändern und bei älteren Pflanzungen entlang von Flüssen fällt gelegentlich ein kleiner Baum auf, als sei er mit silbrigem Staub überzogen. Seine schmalen Blätter sind auf beiden Seiten silbern, die kleinen Blüten duften stark, und gegen Ende des Sommers reifen gelblich-silberne mehlige Früchte.



Elaeagnus angustifolia mit schmalen silbrigen Blättern, kleinen duftenden Blüten und länglichen gelblichen Früchten

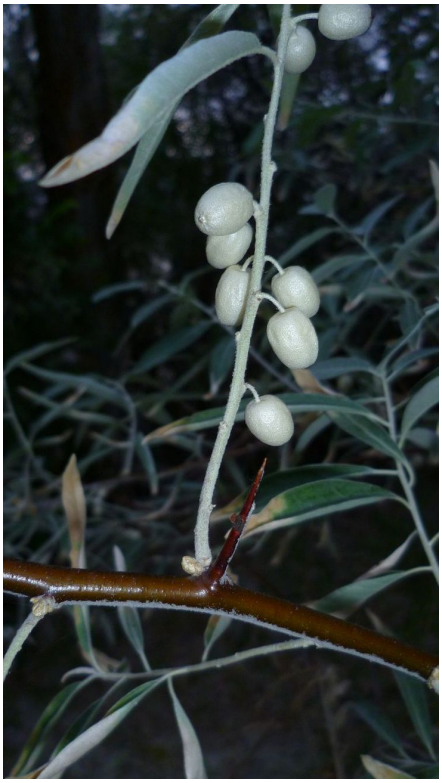
Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Die Schmalblättrige Ölweide ist in Kalifornien nicht heimisch, hat sich jedoch örtlich aus Pflanzungen in die Landschaft ausgebreitet.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum oder großer Strauch, häufig drei bis sieben Meter hoch. Die wechselständigen schmalen lanzettlichen Blätter sind mehrere Zentimeter lang und mit winzigen silbrigen Schuppen bedeckt.

Auch junge Zweige sind hell gefärbt; manche enden in einem scharfen Dorn. Die kleinen röhrenförmigen Blüten sind innen gelblich und außen silbrig. Sie stehen häufig einzeln oder zu zweit oder dritt in den Blattachseln.



Elaeagnus angustifolia mit schmalen silbrigen Blättern, kleinen duftenden Blüten und länglichen gelblichen Früchten

Thayne Tuason (ThayneT) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die ungefähr einen Zentimeter langen Früchte sind länglich-ellipsoid. Anfangs sind sie silbrig und fest, später gelblicher, weicher und mehlig. Im Inneren befindet sich ein großer harter Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Laut Calflora ist Elaeagnus angustifolia in Kalifornien eine nicht heimische Art, die stellenweise aus der Kultur verwildert. Sie wächst in älteren Schutzpflanzungen, entlang von Kanälen und Flüssen sowie an gestörten Standorten.

In geeigneten feuchten Tälern kann sie sich stark vermehren und heimische Sträucher verdrängen. Ein dekorativ gepflanzter Baum an einem Haus ist jedoch kein allgemein zugänglicher wilder Fruchtbestand.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die stark duftenden Blüten öffnen sich gewöhnlich im späten Frühjahr und Frühsommer. Die Früchte entwickeln sich im Sommer. Vollständig reif sind sie häufig zwischen August und Oktober, in kühleren Gebieten auch später.

An einem Tag können an unterschiedlichen Zweigen sowohl feste zusammenziehend schmeckende unreife Früchte als auch weichere süßliche reife Früchte hängen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Sowohl Cal Poly als auch Plants For A Future beschreiben den Rohverzehr der Früchte von Elaeagnus angustifolia.

Die Fruchtmasse ist ungewöhnlich trocken und mehlig, manchmal süß, und liegt um einen großen harten Stein. Sehr unreife Früchte schmecken unangenehm herb; erst vollständige Reife macht das Fruchtfleisch genießbarer.

Die weiche Fruchtmasse kann frisch verzehrt oder ohne Erhitzen natürlich getrocknet werden. Der harte Stein wird nicht gegessen. Blätter, Rinde und Blüten sind in diesem Artikel ebenso wenig als bestätigte rohe Feldnahrung aufgeführt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Ähnlich silbernes Laub gibt es bei manchen Sanddorn-Arten und anderen Elaeagnus-Arten. Für die Schmalblättrige Ölweide sind schmale ganzrandige Blätter, stark duftende kleine gelbliche Blüten und einzelne längliche Früchte kennzeichnend.

Sie ist auch nicht mit dem Echten Ölbaum Olea europaea gleichzusetzen. Dessen Blätter stehen gegenständig, und seine Früchte sind anders gebaut. Die silbrige Farbe allein genügt niemals zur Bestimmung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2897
- https://selectree.calpoly.edu/tree-detail/elaeagnus-angustifolia
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Elaeagnus+angustifolia

Japanische Wollmispel — orangefarbene Früchte im Frühjahr · Eriobotrya japonica

Eriobotrya japonica

Während viele Obstbäume gerade erst zu blühen beginnen, können an der immergrünen Wollmispel bereits gelbe saftige Früchte hängen. In den wärmeren Gebieten Kaliforniens sieht man den Baum häufig bei älteren Häusern und in Parks.



Eriobotrya japonica mit großen gerippten Blättern, rostbraunfilziger Unterseite und orangefarbenen Loquat-Früchten

SAplants · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Seine großen gefurchten Blätter bleiben den ganzen Winter an den Zweigen. Die runden orangefarbenen Früchte entstehen nach einer Blütezeit im Herbst oder Winter. Die Pflanze wird auch Loquat oder Lokwa genannt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Japanische Wollmispel wächst gewöhnlich als kleiner Baum mit dichter rundlicher Krone, etwa drei bis acht Meter hoch.

Ihre Blätter sind sehr groß, einfach und am Rand gezähnt. Auf der Oberseite sind sie glänzend dunkelgrün, auf der Unterseite von einem dichten rotbraunen Filz bedeckt. Die Blattadern sind tief eingesenkt, wodurch die Blattoberfläche deutlich gerippt wirkt.



Eriobotrya japonica mit großen gerippten Blättern, rostbraunfilziger Unterseite und orangefarbenen Loquat-Früchten

Dinkun Chen · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im Herbst bilden sich an den Triebenden verzweigte Blütenstände mit kleinen duftenden weißen Blüten. Später entwickeln sich runde oder birnenförmige Früchte, gewöhnlich drei bis fünf Zentimeter lang. Sie werden gelb oder orange und enthalten einen oder mehrere große dunkelbraune Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Dieser eingeführte ostasiatische Baum wächst vor allem in Gärten und bei Wohnhäusern. Calflora dokumentiert verwilderte Pflanzen unter anderem aus Los Angeles, Orange, Marin, San Mateo und Sacramento County, insgesamt jedoch vergleichsweise wenige Beobachtungen.

Die Wollmispel bevorzugt milde Winter. Starker Frost während der Blüte kann sie beschädigen. Im Sacramento Valley findet man sie hauptsächlich nahe Siedlungen, nicht als gewöhnlichen Waldbaum.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die wichtigste jahreszeitliche Besonderheit ist die Blüte während kühler Monate, oft vom späten Herbst bis in den Winter.

Reife Früchte erscheinen vom Spätwinter an und im Frühjahr. In unterschiedlichen kalifornischen Gebieten können sich die Termine bis zum Frühsommer verschieben.

Am selben Baum hängen manchmal schon gelbe duftende Früchte neben noch festen grünen Fruchtansätzen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch. Saftige weiche gelbe oder orangefarbene Früchte werden frisch gegessen. Bei einer groben Fruchtschale kann man diese entfernen.

Das Fruchtfleisch ist weißlich, gelb oder aprikosenfarben und schmeckt mäßig säuerlich. Im aufgeschnittenen Fruchtkörper liegen oft mehrere große glatte Samen; sie werden vollständig entfernt.

Reifes Fruchtfleisch kann ohne Feuer zerdrückt oder natürlich getrocknet werden. Blätter, Zweige und Samen gehören nicht zur Nahrung. Calflora warnt eigens vor ihrer Giftigkeit.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Japanische Wollmispel ist nicht die echte Europäische Mispel Mespilus germanica. Auch von kleinen gelben Zitrusfrüchten unterscheidet sie sich im Frucht- und Samenbau.

Kennzeichnend sind große, gefurchte Blätter mit filziger Unterseite und endständige Blütenstände. Apfel- und Birnbäume besitzen meist kleinere Blätter und verlieren ihr Laub im Winter.

Das essbare Fruchtfleisch darf nicht mit den Samen verwechselt werden. Samen von Rosengewächsen können cyanogene Verbindungen enthalten.

QUELLEN

- Calflora — Eriobotrya japonica: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8718
- Oregon State University — Eriobotrya japonica: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/eriobotrya-japonica
- Calflora — county records: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8718

Langschnabel-Reiherschnabel — weiche Basis sehr junger Früchte · Erodium botrys

Erodium botrys

Gegen Ende des Winters erscheint auf grasigen Hängen Kaliforniens eine niedrige Rosette gelappter Blätter. Im frühen Frühjahr öffnen sich darüber kleine rosa bis lilafarbene Blüten.



Erodium botrys mit breiten gelappten Rosettenblättern, rosa Blüten und langen schnabelförmigen Früchten

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

Nach der Bestäubung entwickelt sich aus jeder Blüte eine lange dünne, nadelartige Fruchtstruktur mit charakteristischem Schnabel. Dies ist Erodium botrys, ein weit verbreitetes eingeschlepptes Kraut.

Eine ethnobotanische Nahrungsbeschreibung aus Spanien nennt ausdrücklich den Rohverzehr der weichen Basis ganz junger, noch zarter Früchte.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, häufig zehn bis fünfzig Zentimeter hoch, mit ausgebreiteten oder leicht aufgerichteten Sprossen.



Erodium botrys mit breiten gelappten Rosettenblättern, rosa Blüten und langen schnabelförmigen Früchten

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Die Blätter der grundständigen Rosette sind breit, oval und gelappt. Sie sind nicht in zahlreiche sehr schmale Segmente zerteilt wie bei Erodium cicutarium. Stängel und Blätter tragen kurze Haare.

Die Blüten besitzen fünf rosafarbene oder purpurne Kronblätter, oft mit dunkleren Adern. Die Blüte ist ungefähr regelmäßig oder leicht ungleichmäßig gebaut.

Nach dem Verblühen wächst eine lange schnabelförmige Frucht, die aus fünf Teilfrüchten besteht. Bei der Reife drehen sich ihre trockenen spitzen Abschnitte auf und können an Fell oder Schuhen hängen bleiben.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

UC IPM bestätigt, dass Erodium botrys ein häufiges Unkraut landwirtschaftlicher und anderer gestörter Standorte ist.

Calflora verzeichnet Tausende Beobachtungen, darunter Hunderte aus Sacramento County sowie weitere aus Placer, Yolo, Marin und den Küstenregionen.

Die Art wächst an grasigen Hängen, auf Weiden, an Straßen und auf älteren Feldern. Für rohe Nahrung sind Bereiche mit Straßenstaub, Düngemitteln, chemischen Behandlungen und Tierspuren ungeeignet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbstregen erscheinen die jungen Rosetten. In tieferen Gebieten blüht die Pflanze vom späten Winter bis in das Frühjahr, in kühleren Regionen länger.

Unmittelbar nach dem Welken der Blüte entstehen weiche junge Fruchtanlagen. Bald darauf verlängern sie sich, werden hart und entwickeln schließlich eine elastische scharfe Spirale.

Das für die beschriebene Rohkost geeignete Stadium ist daher äußerst kurz: das frühe Frühjahr während der Bildung neuer Früchte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur die weiche Basis einer unreifen Frucht. José A. González und Mitarbeitende dokumentierten in einer ethnobotanischen Untersuchung ländlicher Gebiete Spaniens ausdrücklich den Verzehr der rohen Basis sehr junger Früchte von Erodium botrys als kleine saisonale Zwischenmahlzeit.

Die Angabe bezieht sich ausschließlich auf den noch weichen Fruchtansatz, nicht auf den langen ausgereiften Schnabel.

Trockene ausgereifte Samenabschnitte sind scharf und dürfen nicht gekaut werden. Rohe Nutzungen, die für Erodium cicutarium beschrieben sind, dürfen nicht automatisch auf Blätter, Wurzeln oder alte Stängel dieser Art übertragen werden.

Die verfügbare Menge dieser Nahrung ist sehr gering.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Erodium cicutarium besitzt wesentlich feiner geteilte, nahezu gefiederte Blätter. Erodium moschatum zeigt größere Fiederblättchen mit anderem Haarbesatz und Geruch.

Bei Erodium botrys fallen die breiten gelappten Blätter besonders vor der Blüte auf.

Viele Storchschnabelgewächse tragen ähnliche fünfzählige rosa Blüten. Eine zuverlässige Bestimmung benötigt die Blattrosette sowie junge und ausgereifte Früchte.

Unbekanntes Grün und vor allem trockene Samenpfeile, die die Haut aufkratzen können, werden nicht probiert.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3446
- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/filarees/
- https://doi.org/10.1007/s10722-010-9635-8

Gewöhnlicher Reiherschnabel — junge Blätter und weiche Stängel · Erodium cicutarium

Erodium cicutarium

Nach einem regenreichen Winter überziehen niedrige Pflanzen mit fein zerteiltem Laub trockene kalifornische Hänge. Im Frühjahr stehen kleine rosa Blüten darüber. Später entwickeln sich lange „Schnäbel“, die sich beim Austrocknen spiralförmig drehen.



Erodium cicutarium mit fein gefiederten Blättern, rosa Blüten und langen spiralförmig trocknenden Fruchtschnäbeln

Ivanhoe65 · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Erodium cicutarium, der Gewöhnliche Reiherschnabel. Seine jungen Blätter und zarten Stängel können roh gegessen werden. Ausgereifte Früchte mit scharfen Teilen sind dagegen völlig ungeeignet. Ein einzelnes fein geteiltes Blatt reicht für eine sichere Bestimmung nicht aus.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Art gehört zu den Storchschnabelgewächsen und durchläuft gewöhnlich einen Lebenszyklus innerhalb einer Regenzeit.

Zunächst bildet sich eine grundständige Rosette länglicher Blätter, die tief in kleine gefiederte Abschnitte geteilt sind. Die Oberfläche ist meist fein behaart; manche Blattstiele sind rötlich.



Erodium cicutarium mit fein gefiederten Blättern, rosa Blüten und langen spiralförmig trocknenden Fruchtschnäbeln

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Später wachsen niedrige kriechende oder leicht aufgerichtete Stängel. Die Blüten besitzen häufig fünf rosa oder lilafarbene Kronblätter mit dunkleren Adern und fünf Kelchblätter.

Nach der Bestäubung entsteht eine lange Frucht mit einer mehrere Zentimeter langen schnabelförmigen Achse. Bei der Reife zerfällt sie in einzelne Teilfrüchte. Der Fortsatz jeder Teilfrucht dreht sich zu einer Spirale und kann sich in trockenen Boden bohren.

Diese Frucht ist auch sichtbar, wenn die Pflanze fast schon vertrocknet ist.

Die jungen Blattstiele und fein geteilten Blätter können denen anderer Kräuter ähneln. Für die Bestimmung ist daher ein Exemplar mit Blüten und den typischen Schnabelfrüchten besonders nützlich.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora zeigt Tausende Beobachtungen von Erodium cicutarium fast überall in Kalifornien, darunter Sacramento, Yolo, Placer, San Diego und Wüsten-Countys.

Der California Invasive Plant Council beschreibt ihn als weit verbreitetes eingeschlepptes Kraut von Weiden, Grasflächen, Feldern und Straßenrändern.

Die Art nutzt kurzfristige Feuchtigkeit rasch und kann vor der Trockenzeit große grüne Flecken bilden.

Im Sacramento Valley fällt sie vor allem im späten Winter und frühen Frühjahr auf. In den Wüsten können nach regenreichen Wintern ungewöhnlich dichte Bestände entstehen, die mit der Erwärmung wieder verschwinden.

Häufigkeit bedeutet nicht Sauberkeit. Weiden können behandelt werden; Straßenrandpflanzen eignen sich nicht für rohe Nahrung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten längeren Herbstregen erscheinen Keimlinge. Die weichsten Blätter sind im Central Valley gewöhnlich von Dezember bis März verfügbar.

Im Spätwinter und Frühjahr blühen die Pflanzen. Danach entstehen grüne Schnabelfrüchte, die beim Trocknen länger und elastischer werden.

Trockene Früchte liegen oft noch im Sommer auf dem Boden, wenn kaum essbares Grün übrig ist.

An kühlen Hängen verschieben sich diese Zeiten gegenüber warmen Tallagen. Für die Rohkost zählt das junge Entwicklungsstadium, nicht die größtmögliche Länge eines Frühjahrsstängels.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich deren Rohverzehr. Sie schmecken leicht herb oder zusammenziehend. Fein geteilte junge Blätter können in kleine Mengen unter anderes Grün gemischt werden.

Große alte Blätter besitzen mehr Haare und sind weniger angenehm. Wegen ihrer Gerbstoffe sind große einseitige Portionen besonders unerwünscht.

Zarte junge Stängel. Der artspezifische Führer nennt sie ebenfalls als roh essbar, solange sie noch nicht grob geworden sind. Weiche Stängel stehen nur für kurze Zeit vor und bald nach dem Blühen zur Verfügung.

Ausgereifte Schnabelfrüchte dürfen nicht gegessen werden: Ihre spitzen Teile können an Haut und Schleimhäuten hängen bleiben.

Wurzeln und dicke untere Stängelabschnitte werden in kulinarischen Beschreibungen oft mit Hitze verarbeitet; sie gehören nicht zu dieser Rohkostliste.

Unbekannte feinblättrige Rosetten werden niemals probiert.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Erodium moschatum besitzt größere, anders geteilte und breitere Blattabschnitte. Verschiedene Geranium-Arten tragen ähnliche rosa Blüten, unterscheiden sich aber in der Fruchtgestalt.

Besonders gefährlich sind Verwechslungen im frühen Blattstadium. Auch manche giftigen Doldenblütler besitzen fein unterteilte Blätter.

Deshalb muss die Pflanze anhand von Blatt, Blüte, Stängel und dem charakteristischen Fruchtschnabel vollständig bestimmt werden.

Erdschmutz, Straßenstaub und Herbizidspuren schließen eine rohe Ernte aus.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3448
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Erodium+cicutarium
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/erodium-cicutarium-profile/

Moschus-Reiherschnabel — zarte Frühlingsblätter und rosa Blüten · Erodium moschatum

Erodium moschatum

Auf einer feuchten kalifornischen Wiese kann man nach den Winterregen eine niedrige Blattrosette entdecken, deren Blätter in rundliche gezähnte Abschnitte geteilt sind. Später erscheinen darüber kleine rosa Blüten, danach lange Früchte, die an Vogelschnäbel erinnern.



Erodium moschatum mit breiten gezähnten Fiederabschnitten, rosa Blüten und langen schnabelförmigen Früchten

Eugene Zelenko · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist Erodium moschatum, der Moschus-Reiherschnabel, eine eingeführte Art und ein naher Verwandter des bereits beschriebenen Erodium cicutarium. Seine jungen Blätter können roh gegessen werden.

Die beiden Arten sind auf einer einzelnen Fotografie schwer auseinanderzuhalten. Deshalb ist es besonders wichtig, die Gestalt der Blätter und die Entwicklung der Blüten und Früchte genau zu betrachten.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Es handelt sich um ein einjähriges, gelegentlich zweijähriges Kraut, das eine Rosette und mehrere kriechende oder leicht aufgerichtete Stängel bildet.



Erodium moschatum mit breiten gezähnten Fiederabschnitten, rosa Blüten und langen schnabelförmigen Früchten

E Wusk · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Blätter sind gefiedert oder tief geteilt. Ihre größeren eiförmigen Abschnitte haben abgerundet gezähnte Ränder. Sie sind gewöhnlich deutlich breiter und weicher als die sehr fein zerteilten Blättchen von Erodium cicutarium.

Wer ein bereits zweifelsfrei bestimmtes Blatt zerreibt, nimmt mitunter einen charakteristischen moschusartigen Geruch wahr. Für die Erstbestimmung eines unbekannten Krauts darf der Geruch jedoch nicht verwendet werden.

Die Blüten besitzen meist fünf blassrosa bis lilafarbene Kronblätter mit dunkleren Adern.

Nach der Blüte entwickelt sich eine lange schnabelförmige Frucht aus einzelnen Teilfrüchten mit langen Fortsätzen. Beim Trocknen winden sich die Fortsätze spiralförmig und fördern so das Eindringen der Samen in den Boden.

Ältere Stängel können rötlich werden. Auf bewässertem Boden bleiben manche Blätter bis in den Sommer grün.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Erodium moschatum als nicht heimische einjährige Pflanze mit ungefähr zweitausend Beobachtungen im Bundesstaat.

Die Art wächst an grasigen Hängen, auf Weiden, an Straßen, in Gärten und auf gestörten Böden, besonders wo Winterregen kurzzeitig Feuchtigkeit schaffen.

Im Sacramento Valley kann sie örtlich ein gewöhnliches saisonales Wildkraut sein. Erodium cicutarium kommt allerdings häufig in noch größeren Beständen vor.

An trockenen sonnigen Standorten beendet der Moschus-Reiherschnabel seinen Lebenszyklus schnell; die trockenen Fruchtschnäbel bleiben danach zurück.

Weideflächen und herbizidbehandelte Stellen sind für eine rohe Ernte ungeeignet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten ergiebigen Herbstregen erscheinen die Keimlinge. In tieferen Lagen wachsen von Dezember bis Februar weiche Blätter, die sich am besten für rohe Nahrung eignen.

Die Blüte nimmt gewöhnlich im frühen Frühjahr zu. In mildem Klima können einzelne Blüten auch im Winter erscheinen.

Zur Mitte und gegen Ende des Frühjahrs wachsen lange grüne Fruchtschnäbel heran, trocknen später aus und rollen sich ein. Mit der Sommerhitze vergilbt ein Großteil der Pflanzen.

Auf bewässertem Rasen kann das Laub länger erhalten bleiben. Doch nicht jedes grüne Blatt einer alten Pflanze ist noch weich.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr für Erodium moschatum.

Der Geschmack ist leicht krautig, manchmal mit einer moschusartigen Note. Junge weiche Blättchen lassen sich in geringer Menge zerpflücken und zu gemischtem kaltem Blattgrün geben.

Alte Blätter werden fester, besonders in der Nähe bereits trockener Stängel.

Eine ähnlich aussehende gefiederte Rosette darf nicht allein deshalb als essbar gelten, weil diese Art rohe Blätter liefert.

Anders als bei Erodium cicutarium, für das der Artenführer auch rohe junge Stängel nennt, ist bei Erodium moschatum ausdrücklich das Blatt bestätigt. Daher sind Stängel, Blüten, Wurzeln sowie grüne und trockene Früchte nicht Bestandteil dieser Nahrungsliste.

Besonders gefährlich sind reife Fruchtschnäbel mit langen Fortsätzen, die sich in Stoff festsetzen und beim Kauen Verletzungen verursachen können. Niedrig über dem Boden wachsende Blätter werden nur an sauberen Stellen geerntet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Erodium cicutarium besitzt stärker zerteilte Blätter mit schmaleren Abschnitten. Bei Erodium moschatum sind die Abschnitte breiter und runder.

Einige Geranium-Arten besitzen ähnliche rosa Blüten und niedrige Rosetten, bilden aber andere Früchte.

Ohne Blüten und Schnabelfrüchte ist die junge Pflanze schwer sicher zuzuordnen. Fein geteilte Blätter besitzen außerdem manche möglicherweise giftigen Doldenblütler.

Geschmack und Geruch sind deshalb keine Bestimmungsmethode. Am zuverlässigsten sind die Merkmale der ausgewachsenen Pflanze, die an demselben lebenden Exemplar beobachtet werden, nicht an einer benachbarten unbekannten Pflanze.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3452

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Erodium+moschatum

Garten-Rucola — würzige gezähnte Blätter und helle Blüten · Eruca vesicaria

Eruca vesicaria

In der kühlen Jahreszeit kann an einem alten Gemüsegarten oder bei einer aufgegebenen Pflanzung eine niedrige Rosette länglicher tief eingeschnittener Blätter wachsen.



Eruca vesicaria mit hellgrünen tief gelappten Blättern und cremefarbenen Kreuzblüten mit violetten Adern

Joaquinasad · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Bei einem bereits sicher bestimmten Blatt entwickelt sich beim Zerreiben ein starker würziger Duft. Später erscheinen über der Pflanze helle Blüten mit vier Kronblättern und dunklen Adern. Das ist das typische Erscheinungsbild der Garten-Rucola, Eruca vesicaria.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Rucola bildet zunächst eine bodennahe Blattrosette und streckt danach einen aufrechten Blütenschaft.

Die unteren Blätter sind länglich und besitzen einen großen Endlappen sowie mehrere schmalere Seitenlappen. Ihr Rand kann glatt oder unregelmäßig gezähnt sein. Die Blätter sind meist hellgrün, gelegentlich etwas behaart.

Die Blüten gehören zum typischen Kreuzblütlerbau: vier weit auseinanderstehende Kronblätter, meist cremefarben, weißlich oder sehr blassgelb, mit auffälligen violettbraunen Adern.

Nach der Blüte wachsen längliche Schoten mit Samen heran. Blüte und Frucht helfen, Rucola von anderen Pflanzen mit geteiltem Laub zu unterscheiden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Eruca vesicaria wurde eingeführt und ist vor allem als kultiviertes Blattgemüse bekannt.

In Kalifornien findet man sie gelegentlich auch außerhalb von Beeten, auf gestörtem Boden und bei Siedlungen. Calflora bestätigt ihr Vorkommen im Bundesstaat, allerdings mit vergleichsweise wenigen Beobachtungen.

Anders als einige eingeschleppte Senfarten bildet sie hier keine ausgedehnten wilden Massenbestände.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Blätter sind nach kühlem feuchtem Wetter besonders zart, im kalifornischen Tiefland gewöhnlich im Winter und Frühjahr.

Mit steigenden Temperaturen wächst der Blütenschaft rasch, die Blätter werden grob und schmecken schärfer.

Der genaue Zeitpunkt der Blüte hängt von Keimung im Herbst, Niederschlag und Temperatur ab. Auf bewässerten Flächen kann sich der Wachstumszyklus wiederholen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Eruca vesicaria.

Sie werden in kleinen Mengen frisch gegessen, meist als würzige Zugabe. Ihr Geschmack ist scharf, nussig und senfartig, nicht neutral wie gewöhnlicher Blattsalat.

Blüten. Auch die vollständig geöffneten hellen Blüten sind roh essbar. Sie schmecken ähnlich, oft jedoch etwas milder.

Gerade bei Jungpflanzen, deren Rosetten benachbarten Senfgewächsen ähneln, ist es nützlich, die Blüte abzuwarten, um die Art sicher zu erkennen.

Schoten und Samen. Obwohl Rucola weltweit vielfältig als Nahrung genutzt wird, dürfen Verfahren zum Aufbereiten von Samen und zur Ölgewinnung nicht automatisch auf die Ernährung ohne Erhitzen übertragen werden. Hier genügen junge Blätter und geöffnete Blüten als bestätigte rohe Pflanzenteile.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die ausdauernde Wilde Rucola Diplotaxis tenuifolia wird im Atlas gesondert beschrieben. Sie besitzt meist kräftiger gelbe Blüten und häufig schmaler geteilte Blätter.

Brassica juncea und Brassica nigra können ebenfalls tief gelappte untere Blätter tragen. Ihre Blüten sind jedoch leuchtend gelb und zeigen nicht das typische dunkle Adernetz der Garten-Rucola.

Bei noch nicht blühenden Rosetten sind diese Unterschiede schwieriger zu erkennen. Eine sichere Bestimmung allein anhand der Blätter ist dann oft nicht möglich.

Grün von Straßenrändern und herbizidbehandelten Flächen wird nicht dadurch sicher, dass die Pflanzengattung essbare Arten umfasst.

QUELLEN

- Plants For A Future, Eruca vesicaria: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Eruca+vesicaria
- Calflora, Eruca vesicaria: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9941

- Wikimedia Commons, Eruca vesicaria: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Eruca_vesicaria.jpg

Echte Feige — große gelappte Blätter und süße reife Feigen · Ficus carica

Ficus carica

Bei alten Gärten, auf Flussterrassen und entlang von Kanälen in Kalifornien wachsen gelegentlich Bäume mit riesigen rauen Blättern.



Ficus carica mit sehr großen rauen drei- bis fünflappigen Blättern und weichen reifen birnenförmigen Feigen

Fanghong · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer hängen grüne birnenförmige Fruchtstände zwischen den Blättern. Gegen Ende der Saison werden viele weich und färben sich golden, braun oder violett.

Der Feigenbaum stammt aus dem Mittelmeerraum, ist in Kalifornien aber stellenweise aus Gärten verwildert. Seine reifen Früchte können frisch gegessen oder ohne Feuer getrocknet werden. Der Milchsaft des Baums ist dagegen für die Haut gefährlich und gehört nicht zur Nahrung.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ficus carica ist ein sommergrüner Strauch oder Baum, der gelegentlich acht bis zehn Meter hoch wird.



Ficus carica mit sehr großen rauen drei- bis fünflappigen Blättern und weichen reifen birnenförmigen Feigen

Stefan Thiesen (Buntrabe) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Seine Krone wächst zunächst ausladend; bei alten Exemplaren stehen oft mehrere große Zweige über grauer, relativ glatter Rinde. Aus den Wurzeln können zusätzliche Triebe entstehen, sodass bei einem Stamm Gruppen jüngerer Stämmchen wachsen.

Die wechselständigen Blätter sind groß, häufig breiter als eine Hand, und besitzen lange Blattstiele. Ihre Spreiten sind meist in drei bis fünf tiefe Lappen geteilt, obwohl auch weniger geteilte Blätter am selben Baum vorkommen.

Die Oberseite fühlt sich durch feine Haare rau an, die Blattadern treten auf der Unterseite stark hervor. Beim Abbrechen eines Blattes oder einer unreifen Frucht tritt weißer Latex aus.

Was gewöhnlich als Feigenfrucht bezeichnet wird, ist botanisch ein besonderer fleischiger Blütenstand, ein Syconium. Die winzigen Blüten liegen im Inneren einer hohlen birnenförmigen Struktur und sind außen kaum sichtbar.

Deshalb zeigt der Feigenbaum keine auffälligen offenstehenden Blüten wie ein Apfelbaum.

Die jungen Syconien sind grün, klein und fest. Später wachsen sie, werden weich und färben sich je nach Sorte grüngelb, bronzefarben oder violett. Die dunkle Farbe allein beweist keine Reife: Es gibt auch vollreife hell gefärbte Feigensorten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Feigenbäume werden in Kalifornien häufig in Gärten kultiviert. Calflora dokumentiert jedoch auch verwilderte Exemplare.

Das Weed Research & Information Center der University of California beschreibt eingebürgerte Bäume an Flussufern und Kanälen, in Schluchten, bei ehemaligen Gehöften und an anderen Stellen mit sommerlicher Feuchtigkeit.

Im Sacramento–San-Joaquin-Delta kommen solche Bäume auch an Deichen vor. Der California Invasive Plant Council bewertet die Art als invasiv, mit mittleren Auswirkungen auf natürliche Pflanzengemeinschaften.

Daraus folgt nicht, dass in jedem County unter jedem Obstbaum ein wilder Feigenbaum steht.

Ohne zusätzliche Feuchtigkeit kann sich die Art auf trockenen Flächen weniger leicht ansiedeln. Andere Exemplare sind ehemalige Pflanzungen.

Das heiße Sommerklima des Sacramento Valley ist für den Baum geeignet. Ein Baum an einem Zaun oder in einem Garten kann jedoch Privatbesitz sein: Sichtbare Äste an einer Straße bedeuten nicht, dass seine Früchte frei gesammelt werden dürfen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entfalten sich neue Blätter, nachdem der Baum über den Winter fast vollständig kahl gewesen sein kann.

Mit der Erwärmung wachsen die Fruchtstände. Einige Sorten bringen im Frühsommer eine kleinere frühe Ernte am Holz des Vorjahres hervor. Die Haupternte bildet sich dann später am neuen Wachstum.

Im Central Valley stehen frische Feigen je nach Sorte und Temperatur häufig von Juni oder Juli bis September oder Oktober zur Verfügung.

Nicht jeder verwilderte Baum trägt reichlich reife Früchte. Die Fruchtbildung hängt von Sorte und Bestäubung ab.

Regen kurz vor der Reife kann die Fruchtstände aufreißen und verderben lassen. Vollständig reife natürlich getrocknete Feigen können auch außerhalb der Saison erhalten bleiben.

Frühlingsblätter und Milchsaft erscheinen früher, sind aber keine Nahrungsteile dieses Artikels.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Feigen. Sie werden frisch gegessen, wenn sie weich geworden sind, leicht am Stiel hängen und sich ohne großen Widerstand lösen lassen.

Das Fruchtinnere kann rosa, rötlich oder bernsteinfarben sein und viele kleine essbare Samenfrüchtchen enthalten. Die Süße unterscheidet sich stark von Baum zu Baum.

UC IPM weist eigens darauf hin, dass reichlich weißer Milchsaft am abgeschnittenen Fruchtstiel ein Zeichen noch unvollständiger Reife ist.

Geschnittenes oder zerdrücktes Fruchtfleisch. Reife Feigen müssen nicht gekocht werden. Man kann den reifen Fruchtstand aufschneiden und die weiche innere Masse frisch essen.

Durch Insekten beschädigte, beginnende vergorene oder verschimmelte Früchte sind ungeeignet. Frische Feigen verderben auch bei kühler Lagerung schnell.

Natürlich getrocknete reife Feigen. Zur Aufbewahrung können vollständig gereifte Früchte ohne Feuer auf einer sauberen Unterlage getrocknet werden, sofern sie vor Staub und Insekten geschützt sind und das Klima ausreichend trocken ist.

Für eine längere Lagerung müssen sie vollständig durchgetrocknet sein, sonst droht Schimmel. Kalifornische Sommerhitze kann helfen, doch hohe Luftfeuchtigkeit und Verunreinigung machen diese Methode unzuverlässig.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die großen gelappten Blätter, graue Zweige und fleischigen birnenförmigen Syconien ermöglichen häufig eine gute Bestimmung.

Ein junger Spross ohne Früchte kann mit anderen Bäumen mit großen gelappten Blättern verwechselt werden. Entscheidend sind daher Blätter und Früchte gemeinsam. Zierficus-Arten besitzen andere Blätter und Fruchtstände und dürfen nicht automatisch mit der Essfeige gleichgesetzt werden.

Besonders wichtig ist der weiße Milchsaft, der an Schnittstellen von Blättern, Zweigen und unreifen Feigen austritt.

Calflora warnt vor Hautreizungen. Untersuchungen dermatologischer Kontaktreaktionen beschreiben eine Phytophotodermatitis: Nach Kontakt mit dem Saft und anschließender Sonneneinstrahlung können verbrennungsähnliche Reaktionen und Blasen auftreten.

Der Milchsaft wird niemals probiert. Nach einem Kontakt sollte die Haut gewaschen und vor Sonne geschützt werden.

Essbar sind ausschließlich reife Früchte, nicht Blätter, grüne Zweige oder Latex.

QUELLEN

UC IPM — Cultural Tips for Growing Fig, Reife und frische/getrocknete Früchte: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/cultural-tips-for-growing-fig/ Calflora — Ficus carica, kalifornisches Vorkommen und Latexwarnung: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3592 UC Weed Research & Information Center — eingebürgerter Ficus carica in Kalifornien: https://wric.ucdavis.edu/information/natural%20areas/wr_F/Ficus.pdf DermNet — Phytophotodermatitis durch Kontakt mit Ficus carica: https://dermnetnz.org/topics/phytophotodermatitis

Fenchel — anisduftende Blätter und aromatische Früchte · Foeniculum vulgare

Foeniculum vulgare

Hohe blaugrüne Fenchelstängel ragen über Gräser empor. Statt gewöhnlicher breiter Blätter trägt die Pflanze feinste grüne Fäden. Im Sommer erscheinen darüber Dolden winziger gelber Blüten.



Foeniculum vulgare mit hohen gerillten Stängeln, fadenfeinen grünen Blättern und gelben Doldenblüten

Sten · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Fenchel stammt aus dem Mittelmeerraum, ist in Kalifornien aber längst verwildert und bildet stellenweise große Bestände. Die Pflanze ist für ihr würziges, an Anis erinnerndes Aroma bekannt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Fenchel ist eine ausdauernde krautige Pflanze, die alljährlich aus ihrem Grund neue Triebe entwickelt.

An günstigen Standorten wächst sie höher als ein Mensch, mitunter bis ungefähr drei Meter. Die aufrechten, verzweigten Stängel besitzen Längsrillen und sind innen hohl. Am Grund bleiben oft trockene Stängel des Vorjahres stehen.



Foeniculum vulgare mit hohen gerillten Stängeln, fadenfeinen grünen Blättern und gelben Doldenblüten

Saintfevrier · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Blätter sind sehr fein und fast fadenförmig geteilt. Von Weitem wirkt das Grün wie eine leichte Feder. Ihre verbreiterten Blattbasen umfassen den Stängel.

Beim Zerreiben einer bereits sicher bestimmten Fenchelpflanze tritt ein charakteristischer süßer anisartiger Geruch auf. Der Geruch allein ersetzt jedoch keine vollständige Artbestimmung.

Die winzigen gelben Blüten stehen in breiten zusammengesetzten Dolden. Mehrere Strahlen gehen von einem Punkt aus; an ihren Enden sitzen Gruppen kleiner Blüten.

Danach reifen längliche gerippte Früchte, die umgangssprachlich „Samen“ heißen. Sie sind zuerst grün und später gelbbraun. Eine trockene Frucht besteht aus zwei Teilfrüchten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Fenchel wächst in zahlreichen Regionen Kaliforniens, an Feldrändern, auf offenen Hängen, an Straßen, auf ehemaligen landwirtschaftlichen Flächen und in Küstenlebensräumen.

Besonders große Bestände sind aus der San Francisco Bay Area, der Palos-Verdes-Halbinsel und bestimmten Gebieten Südkaliforniens beschrieben.

Auch im Sacramento Valley kommt Fenchel an gestörten ausreichend sonnigen Standorten vor, jedoch nicht gleichmäßig über den gesamten Bundesstaat verteilt.

Es handelt sich um eine eingeführte Art. Wo Fenchel sich stark ausbreitet, kann er heimische Vegetation verdrängen.

Ein hoher fiederblättriger Strauch ist aber nicht automatisch Fenchel: Zu den Doldenblütlern gehören auch tödlich giftige Arten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Regenfällen wachsen neue Blätter und zarte Triebspitzen. In milden Regionen können sie während eines erheblichen Teils des Jahres verfügbar sein, besonders im Winter und Frühjahr.

Im Sommer werden die Stängel zunehmend grob.

Die kleinen gelben Blüten öffnen sich gewöhnlich vom späten Frühjahr bis in den Sommer. Der California Invasive Plant Council nennt besonders auffällige Blütendolden von April bis Juli.

Nach der Blüte entstehen grüne aromatische Früchte. Im Spätsommer und Herbst werden viele trocken und bräunlich. Die genauen Termine hängen von Temperatur und Feuchtigkeit ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zarte Blätter. Die feinen grünen Segmente werden frisch verwendet. Ihr Anisgeschmack verleiht rohem Grün, Salaten und anderen kalten Speisen ein kräftiges Aroma.

Anders als breite Salatblätter dient Fenchel üblicherweise als Würze, nicht als Grundlage großer Portionen.

Junge Triebe und weiche Stängel. In mediterranen Ernährungstraditionen und der heutigen Küche werden zarte Sprosse frisch gegessen.

Bei Gemüsefenchel, der „Florence fennel“-Form, nutzt man außerdem verdickte saftige Blattbasen. Wilde kalifornische Fenchelpflanzen besitzen jedoch gewöhnlich keinen großen weißen knollenähnlichen Blattgrund. Das Aussehen einer Gemüsesorte darf daher nicht jeder Wildpflanze zugeschrieben werden.

Früchte, die als Samen bezeichnet werden. Grüne und trockene aromatische Früchte dienen als Gewürz. Sie können ohne Erhitzen gekaut oder zerstoßen werden, damit das Aroma frei wird.

Reife Früchte lassen sich für einen Vorrat natürlich trocknen und dadurch nach der Wachstumssaison verwenden.

Fenchel bietet damit verschiedene kurze Nahrungszeiten: zartes Grün während des Austriebs, aromatische Früchte nach der Blüte und trockene Früchte später.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Besonders gefährlich ist die Verwechslung mit dem Gefleckten Schierling Conium maculatum. Auch er besitzt hohe Stängel und fein geteilte Blätter. Seine Blüten sind jedoch weiß, nicht gelb.

An glatten Schierlingsstängeln befinden sich häufig violette Flecken. Der Schierling ist tödlich giftig; auch Hautkontakt mit seinen Pflanzenteilen sollte vermieden werden.

UC IPM weist auf die giftigen Alkaloide in allen Pflanzenteilen des Schierlings hin.

Schon junge Doldenblütler können einander stark ähneln, bevor weiße Blüten und violette Stängelflecken sichtbar werden.

Die Bestimmung eines unbekannten wilden Fenchels darf deshalb nicht mit dem Probieren von Blättern, Früchten oder dem Zerreiben unbekannter Pflanzen zum Riechen beginnen.

Weitere Doldenblütler sind ebenfalls ähnlich, besonders vor der Blüte. Weder Blattform noch Duft noch ein einzelnes Foto reichen als alleinige Grundlage für den Verzehr.

Bei geringster Unsicherheit wird die Pflanze nicht gegessen.

QUELLEN

- California Invasive Plant Council, Foeniculum vulgare: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/foeniculum-vulgare-profile/
- California Invasive Plant Council, Fennel plant report: https://www.cal-ipc.org/resources/library/publications/ipcw/report51/
- University of Wisconsin–Madison Extension, Fennel Foeniculum vulgare: https://hort.extension.wisc.edu/articles/fennel-foeniculum-vulgare/
- Purdue Extension, Fennel: https://extension.purdue.edu/foodlink/food.php?food=fennel
- UC IPM, Poison Hemlock: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/poison-hemlock/

Weißer Salbei — rohe junge Stängel und Samen · Salvia apiana

White Sage

Auf trockenen Hängen Südkaliforniens wächst ein Strauch mit fast weißen, dicht behaarten Blättern. Nach den Winterregen bildet er zarte junge Stängel. Bis zum Sommer ragen hohe Blütenzweige über das silberne Laub empor. Später bleiben kleine dunkle Samen in den Blütenkelchen zurück.



Salvia apiana mit silbrigweiß behaarten Blättern, hohen blassen Blütenständen und kleinen weißlichen Lippenblüten

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Für den Rohverzehr der jungen Stängel gibt es einen unmittelbaren ethnobotanischen Nachweis. Auch die Samen wurden als Nahrung verwendet. Für die Nutzung ohne Feuer muss aber die kalte Zubereitung vom historisch verbreiteten Rösten unterschieden werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Weißer Salbei ist ein ausdauernder halbimmergrüner Strauch aus der Familie der Lippenblütler.

Der beblätterte Hauptteil wird gewöhnlich ungefähr sechzig bis hundertfünfzig Zentimeter hoch. Blütenstängel können deutlich höher wachsen, gelegentlich bis etwa zwei Meter.



Salvia apiana mit silbrigweiß behaarten Blättern, hohen blassen Blütenständen und kleinen weißlichen Lippenblüten

Roger Culos · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Der Strauch verzweigt sich von der Basis an; seine Zweige verholzen mit der Zeit.

Die einfachen Blätter sind lang und schmal, lanzettlich bis eiförmig-lanzettlich, meist etwa vier bis acht Zentimeter lang. Am Rand besitzen sie nur sehr kleine Zähnchen.

Dicht stehende kurze helle Haare verleihen den Blättern und dem ganzen Strauch eine silbrigweiße Farbe. Junge Blätter können grüner sein als alte.

Bei Berührung verströmt die Pflanze einen starken Duft. Dieser Salbeigeruch allein reicht jedoch nicht zur Artbestimmung.

Im Frühjahr wachsen hohe Blütentriebe aus dem oberen Strauchbereich. Kleine weiße oder leicht lilafarbene zweilippige Blüten stehen in Gruppen entlang dieser Zweige. Ihre Staubblätter ragen auffällig hervor.

Nach der Bestäubung bilden sich in den Kelchen kleine harte nussartige Teilfrüchte. Die Samen sind klein, dunkel und rundlich-oval.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Salvia apiana stammt aus Südkalifornien und dem nördlichen Baja California in Mexiko.

Besonders typisch ist der Strauch für küstennahe Salbei-Buschgesellschaften, trockene sonnige Hügel, Vorgebirge und Hänge mit gut durchlässigem Boden.

Er kommt in San Diego, Riverside, Orange und benachbarten Countys sowie am westlichen Wüstenrand vor.

In geeigneten küstennahen Strauchgesellschaften kann Weißer Salbei auffällig und stellenweise zahlreich sein. In feuchten Wäldern Nordkaliforniens oder im Sacramento Valley bildet er jedoch keine gewöhnlichen wilden Grünbestände.

Selbst innerhalb seines südlichen Verbreitungsgebiets schwankt die Zahl der Sträucher zwischen einzelnen Hängen und Jahren.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die silbrigen Blätter können besonders in milden Regionen während großer Teile des Jahres am Strauch bleiben. Ausgewachsene Blätter dürfen deshalb aber nicht automatisch als bestätigte rohe Nahrung gelten. Während trockener Sommer schrumpft ein Teil des Laubs oder vertrocknet.

Junge Stängel wachsen hauptsächlich in der kühlen feuchten Jahreszeit, ungefähr von Januar bis April und teilweise weiter im Frühjahr.

Die Blütenschäfte steigen gewöhnlich im Frühjahr auf. Die Blüten öffnen sich etwa von April bis Juli. Die Saison weicher essbarer Stängel ist kurz; später verholzen sie.

Die Samen reifen nach der Blüte, überwiegend im Sommer. Historische Sammelkalender Südkaliforniens nennen ungefähr Juni bis September. Niederschlag und Höhenlage beeinflussen die Termine.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Stängel. Das San Diego Natural History Museum beschreibt ausdrücklich den rohen Verzehr junger Stängel des Weißen Salbeis.

Die University of San Diego bestätigt zudem, dass die Kumeyaay geschälte junge Triebe als Nahrung verwendeten. Während des Frühlingswachstums wurde der weiche Sprossteil ohne Erhitzen gegessen.

Diese Angabe bezieht sich auf junge Triebe, nicht auf alte harte Zweige.

Geschälte Spitzen der Blütenschäfte. Eine gesonderte ethnografische Angabe über die Luiseño hält fest, dass man die Spitzen der Stängel von der äußeren Schicht befreite und roh verzehrte.

Das beschreibt eine andere Wachstumsphase: einen bereits entwickelten, aber noch weichen Stängel. Die Nutzung gilt für Salvia apiana und darf nicht automatisch auf andere Salbeiarten übertragen werden.

Samen. Kleine reife Samen wurden ebenfalls gegessen oder zermahlen. Plants For A Future nennt ausdrücklich rohe Samen und das nächtliche Einweichen in kaltem Wasser oder Fruchtsaft für ein Getränk.

Das ist nicht mit gerösteten und gemahlenen Pinole-Zubereitungen gleichzusetzen, die aus anderen Beschreibungen südkalifornischer indigener Ernährung bekannt sind.

Für manche indigene Gemeinschaften Südkaliforniens waren Samen des Weißen Salbeis ein wichtiger Bestandteil der Nahrung. Für diesen Atlas zählt, dass neben anderen traditionellen Zubereitungen auch die Nutzung ohne Erhitzen dokumentiert ist.

Ledrige aromatische ausgewachsene Blätter stehen fast das ganze Jahr zur Verfügung. Die genannten Quellen beschreiben sie aber nicht als gewöhnliches rohes Salatgrün.

Deshalb beschränkt sich die Nahrungsliste auf junge Stängel, geschälte weiche Spitzen und reife Samen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Südkalifornien wachsen zahlreiche andere Salbeiarten, darunter der Schwarze Salbei Salvia mellifera und der Purpur-Salbei Salvia leucophylla.

Weißer Salbei besitzt meist besonders helles, dicht behaartes Laub, hohe blasse Blütenschäfte und weißlich-lavendelfarbene Blüten.

Schwarzer Salbei hat deutlich grünere, stärker runzlige Blätter sowie anders angeordnete und gefärbte Blütengruppen.

Zur sicheren Bestimmung müssen Blätter und Blüten zusammen betrachtet werden.

Der Weiße Salbei gehört hauptsächlich zu südkalifornischen Küstenstrauchgesellschaften, nicht zu den Vorgebirgen von Sacramento. Auch innerhalb seines Verbreitungsgebiets kann er unmittelbar neben anderen Salvia-Arten wachsen.

Starker Duft oder helle Blattfarbe allein reichen nicht aus. Das weiche Innere eines jungen essbaren Stängels ist nicht dasselbe wie ein aromatisches altes Blatt. Reife Blätter werden hier nicht als Rohkost empfohlen.

QUELLEN

- San Diego Natural History Museum, White Sage, rohe junge Stängel: https://coasttocactus.sdnhm.org/plants/white-sage
- University of San Diego, Kumeyaay Garden, geschälte junge Stängel: https://www.sandiego.edu/kumeyaay-garden/plant.php?ID=2
- Plants For A Future, Salvia apiana, rohe Samen und kaltes Einweichen: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Salvia+apiana
- USDA Forest Service, Salvia apiana, Saison und Verbreitung: https://www.fs.usda.gov/psw/publications/beyers/psw_2018_beyers013_montalvo_salvia-apiana.pdf
- UC Davis Arboretum, California White Sage, Merkmale: https://arboretum.ucdavis.edu/all-stars/california-white-sage

Gartenerdbeere — saftige rote Früchte mit Nüsschen auf der Oberfläche · Fragaria × ananassa

Fragaria × ananassa

In einem kalifornischen Garten oder auf einer aufgegebenen Anbaufläche bleiben manchmal niedrige Blattrosetten erhalten, die durch lange kriechende Ausläufer miteinander verbunden sind. Im Frühjahr erscheinen weiße Blüten und später saftige rote Früchte mit kleinen Nüsschen auf der Oberfläche. Das ist die Gartenerdbeere, meist einfach Erdbeere genannt.



Fragaria × ananassa mit drei gezähnten Fiederblättchen, weißer Blüte, langen Ausläufern und reifen roten Erdbeeren

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

In Kalifornien wird diese Kulturhybride vor allem angebaut; einzelne Pflanzen können aber auch einen verlassenen Garten überdauern. Vollständig reife Früchte werden roh gegessen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Gartenerdbeere ist eine niedrige ausdauernde krautige Pflanze, gewöhnlich zehn bis fünfundzwanzig Zentimeter hoch. Sie besitzt einen kurzen kräftigen Wurzelstock und lange oberirdische Ausläufer, die sich an ihren Knoten bewurzeln. So entstehen mehrere miteinander verbundene Rosetten.

An langen Blattstielen sitzen jeweils drei ovale Fiederblättchen mit deutlich gezähntem Rand und leicht runzliger Oberfläche. Über der Rosette wachsen niedrige Blütenschäfte. Die Blüten tragen fünf weiße Kronblätter und eine gelbe Mitte mit zahlreichen Fruchtblättern.

Nach der Bestäubung vergrößert sich der rote fleischige Blütenboden. Die eigentlichen botanischen Früchte sind die winzigen gelbbraunen Nüsschen, die auf seiner Oberfläche sichtbar bleiben.

Je nach Sorte ist der rote Teil rund, kegelförmig oder länglich; einige Sorten besitzen eine hellere oder weiße Spitze.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Fragaria × ananassa ist eine Kulturhybride, deren Herkunft mit mehreren amerikanischen Erdbeerarten verbunden ist.

In Kalifornien wird sie besonders intensiv in den kühleren Küstenregionen angebaut, aber auch in Gärten der zentralen Täler, wo Bewässerung nötig sein kann.

Daneben gibt es heimische wilde Fragaria-Arten, beispielsweise Fragaria chiloensis und Fragaria vesca. Sie dürfen nicht automatisch Gartenerdbeeren genannt werden.

Calflora verzeichnet bestimmte natürliche und historische Taxa aus dem Formenkreis von Fragaria × ananassa. Das bedeutet nicht, dass jede wilde Erdbeerpflanze an der Küste eine gewöhnliche Handelssorte ist.

Auf landwirtschaftlichen Feldern und in privaten Gärten gehört die Ernte den jeweiligen Eigentümern.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In mildem Klima bleiben die Rosetten über längere Zeit grün, besonders bei ausreichender Bewässerung.

Nach einer kühlen Periode öffnen sich die Frühlingsblüten. Die Früchte reifen einige Wochen später.

Einige Sorten tragen an der kalifornischen Küste einen großen Teil der warmen Jahreszeit hindurch. Im heißen Sacramento Valley fällt die Haupternte oft in das Frühjahr und den Frühsommer; bei Bewässerung kann es eine weitere Ernte geben.

Bei rotfrüchtigen Sorten ist eine reife Frucht gleichmäßig rot, duftet aromatisch und fühlt sich relativ weich an. Weiße Spitzen weisen bei manchen Sorten auf noch unvollständige Reife hin.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Der rote vergrößerte Blütenboden wird roh mitsamt den kleinen äußeren Nüsschen gegessen. Den grünen Kelch entfernt man gewöhnlich vor dem Essen.

Das Fruchtfleisch ist saftig, süß oder süßsäuerlich. Man kann reife Erdbeeren ohne Erhitzen zerdrücken, zu einem kalten Fruchtmus verarbeiten oder mit sauberem Trinkwasser mischen.

Natürliches Trocknen auf einem sauberen Netz ist ebenfalls möglich, aber nur, wenn sich Schimmel vollständig vermeiden lässt. Weiche Früchte direkt über dem Boden sind besonders anfällig für Schmutz und Keime und sollten vor dem Essen vorsichtig mit sauberem Wasser gewaschen werden.

Blätter und Wurzeln werden hier nicht als rohe Nahrung aufgeführt. Ihr Rohverzehr ist für diese Kulturhybride in den zugrunde gelegten Angaben nicht gesondert bestätigt und für die praktische Nutzung nicht erforderlich.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die heimische Küstenerdbeere Fragaria chiloensis besitzt festere, häufig glänzende ledrige Blätter und liefert an natürlichen Standorten gewöhnlich weniger Früchte.

Fragaria vesca hat kleinere, intensiv duftende Früchte, die sich auf charakteristische Weise leicht lösen, und unterscheidet sich in der Gestalt der Blattzähne.

Gartenformen bilden zahlreiche Hybriden. Ein einzelnes rotes Fruchtgebilde genügt oft nicht, um die genaue Zugehörigkeit zu bestimmen.

Die Zierpflanze Potentilla indica kann erdbeerähnliche rote Fruchtstände tragen, die aber häufig trockener sind und nicht den typischen Erdbeerduft besitzen. Für die Bestimmung betrachtet man Blätter, Blüten, Ausläufer und Früchte gemeinsam.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9968
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Fragaria+x+ananassa
- https://www.calstrawberry.com/

Küstenerdbeere — weiße Blüten und kleine rote Früchte am Pazifik · Fragaria chiloensis

Fragaria chiloensis

Auf den Küstenhängen und in sandigen Mulden Kaliforniens wächst eine niedrige Erdbeere mit festen glänzenden dreiteiligen Blättern. Im Frühjahr erscheinen weiße Blüten; gegen Sommerbeginn reifen gelegentlich kleine rote aromatische Früchte.



Fragaria chiloensis als niedriger Küstenbodendecker mit glänzenden dreiteiligen Blättern, weißen Blüten und kleinen roten Früchten

Mike (Pompilid) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Fragaria chiloensis, die Küsten- oder Chile-Erdbeere. Sie gehört zu den Vorfahren der modernen Gartenerdbeere und bildet entlang des Pazifiks grüne Teppiche aus kriechenden Ausläufern.

Zur Nahrung ohne Feuer dienen ihre reifen Früchte. An vielen Standorten ist die verfügbare Menge jedoch gering.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Art ist eine niedrige ausdauernde krautige Pflanze.



Fragaria chiloensis als niedriger Küstenbodendecker mit glänzenden dreiteiligen Blättern, weißen Blüten und kleinen roten Früchten

Dinkum · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Von ihrer Grundrosette wachsen lange Ausläufer über den Boden. An ihnen entstehen Tochterrosetten, sodass mehrere Pflanzen einen dichten grünen Teppich bilden können.

Jedes lang gestielte Blatt besteht aus drei einzelnen festen Fiederblättchen mit gezähnten Rändern. Im Vergleich zur Walderdbeere Fragaria vesca sind die Blätter häufig stärker ledrig und glänzend.

Die Blüten stehen einzeln oder zu wenigen an dünnen Schäften über dem Laub. Sie tragen fünf weiße Kronblätter, gelbe Staubblätter und einen grünen Kelch.

Nach der Bestäubung entwickelt sich ein roter fleischiger Blütenboden mit winzigen trockenen Nüsschen an der Oberfläche. Die Früchte sind rund oder etwas länglich und bei Wildpflanzen gewöhnlich deutlich kleiner als die Früchte kultivierter Gartenerdbeeren.

Unterschiedliche Populationen können sich in Blattgröße und Fruchtbildung unterscheiden. Für eine sichere Bestimmung gehören Ausläufer, Blattbau, Blüte, Kelch und Frucht desselben Exemplars zusammen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Fragaria chiloensis ist in Kalifornien heimisch und typisch für Meeresküsten, Dünenränder, grasbewachsene Flächen nahe am Meer und Strauchhänge an der Küste.

Calflora dokumentiert zahlreiche Beobachtungen in Küsten-Countys. Auch in botanischen Naturgärten ist sie zu finden; eine dortige Anpflanzung beweist aber keinen natürlichen Wildstandort.

Im Gegensatz zur Walderdbeere Fragaria vesca, die auch in Wäldern und Bergen wächst, ist die Küstenerdbeere vor allem an das ozeanische Klima gebunden.

Im Sacramento-Gebiet ist sie keine gewöhnliche massenhaft wild wachsende Pflanze. An ausreichend feuchten und hellen Küstenstandorten kann sie große Bodenflächen bedecken, aber selbst in einem solchen Teppich finden sich oft nur wenige reife Früchte.

Wind, Salz und Sand begünstigen ihren niedrigen, dichten Wuchs.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In milden Küstenregionen können die Blätter ganzjährig grün bleiben. Im Frühjahr wachsen neue Ausläufer.

Die weißen Blüten sind gewöhnlich von April bis Juni sichtbar, örtlich auch länger. Reife rote Früchte erscheinen danach, häufig ungefähr von Ende Mai bis Juli oder August.

Kühler Küstennebel, Höhenlage und Niederschläge verschieben die Reifezeit. Eine Pflanze kann lange grün bleiben, obwohl ihre Fruchtsaison bereits vorbei ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife rote Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Früchte von Fragaria chiloensis roh gegessen werden können.

Sie werden frisch verzehrt, sobald sie weich, vollständig gefärbt und erdbeertypisch duftend sind. Die kleinen wilden Früchte können besonders süß, manchmal auch etwas säuerlich schmecken.

Sie sind ein saisonaler Genuss, jedoch keine verlässliche Quelle größerer Nahrungsmengen.

Frisch zerdrückte Früchte. Reife Beeren lassen sich ohne Erhitzen zu einem Mus zerdrücken und unmittelbar essen. Ohne Kühlung halten weiche Früchte nicht lange.

Blätter, Wurzeln, Ausläufer und Blüten werden hier nicht als rohe Nahrung genannt. Die Nutzung von Blättern anderer Fragaria-Arten oder das Aufbrühen heißer Getränke belegt keinen Rohverzehr dieser Teile bei Fragaria chiloensis.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Fragaria vesca besitzt gewöhnlich weniger ledrige Blätter und wächst auch in Wäldern und Vorgebirgen.

Einige Potentilla-Arten haben ebenfalls dreiteilige gezähnte Blätter. Blüten und Früchte unterscheiden sich jedoch. Potentilla indica besitzt gelbe Blüten; ihre roten Früchte stehen häufig aufrechter und haben einen anderen Bau.

Eine einzelne fünfblättrige Blüte genügt nicht für die Bestimmung.

Auf geschützten Küstendünen können das Sammeln von Pflanzen und Früchten verboten sein, auch wenn die Art häufig vorkommt.

Für wenige Früchte werden keine Rosetten ausgerissen und keine Sandflächen beschädigt, deren Boden von den Ausläufern festgehalten wird. Nur saubere und für die Ernte freigegebene Standorte kommen infrage.

QUELLEN

Calflora, Fragaria chiloensis: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3606 Plants For A Future, Fragaria chiloensis: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Fragaria_chiloensis Watershed Nursery, Lebensraum und Blüte: https://www.watershednursery.com/nursery/plant-finder/fragaria-chiloensis/

Walderdbeere — duftende Früchte und junge essbare Blätter · Fragaria vesca

Fragaria vesca

Im Schatten der Wälder, an Lichtungsrändern und in lichten Baumbeständen wächst eine Pflanze, die wie eine verkleinerte Gartenerdbeere aussieht.



Fragaria vesca mit dreiteiligen gezähnten Blättern, kleinen weißen Blüten und aromatischen roten Erdbeerfrüchten

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Ihre weißen Blüten öffnen sich nur wenig über dem Boden. Später erscheinen auf dünnen Blütenschäften aromatische rote Früchte.

Die Walderdbeere besitzt noch einen weiteren essbaren Pflanzenteil: Junge Blätter können ebenfalls roh gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige ausdauernde krautige Pflanze, gewöhnlich nicht höher als fünfzehn bis dreißig Zentimeter.



Fragaria vesca mit dreiteiligen gezähnten Blättern, kleinen weißen Blüten und aromatischen roten Erdbeerfrüchten

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Sie wächst nicht als einzelner Grashalm: Von der Mutterrosette können dünne kriechende Ausläufer ausgehen, an denen sich neue Rosetten entwickeln.

Jedes lang gestielte Blatt besteht aus drei gezähnten Fiederblättchen mit sichtbaren Blattadern. Junge Blätter sind weich und manchmal leicht behaart.

Aus der Mitte der Rosette wachsen dünne Blütenschäfte. Die Blüten haben gewöhnlich fünf rundliche weiße Kronblätter und eine gelbe Mitte.

Später wächst ein kleiner fleischiger roter Blütenboden heran, auf dessen Oberfläche zahlreiche winzige Nüsschen sitzen. Dieses Gebilde nennen wir gewöhnlich Erdbeerfrucht.

Die Früchte sind meist ungefähr einen Zentimeter lang, manchmal etwas größer.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Fragaria vesca ist eine heimische Art Kaliforniens und anderer Regionen Nordamerikas. Sie kommt außerdem in Eurasien vor.

In Kalifornien findet man sie in Wäldern und lichten Waldstellen, auf Bergwiesen und in Vorgebirgen, wo der Boden mäßig feucht bleibt.

Sie wächst zwischen Kiefern und Eichen sowie in Mischwäldern. Nicht jeder trockene Teil des Bundesstaates besitzt ausgedehnte Erdbeerbestände.

Unter günstigen Bedingungen bildet sie durch neue Rosetten kleinere Gruppen.

Wo der Boden im Sommer rasch austrocknet, ist die Saison kurz. An kühleren höher gelegenen Standorten bleiben Blätter und Früchte länger verfügbar.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter wachsen während der feuchten Jahreszeit und bleiben grün, solange die Bedingungen geeignet sind. In milden Gegenden kann Laub auch im Winter erhalten bleiben; die zartesten neuen Blätter entstehen gewöhnlich im Frühjahr.

Weiße Blüten erscheinen in Kalifornien meist ab dem Frühjahr, in einzelnen Gebieten etwas früher oder bei geeigneten Bedingungen erneut später.

Vollständig reife rote Früchte sind häufiger vom späten Frühjahr bis zum Hochsommer zu finden. In größeren Höhen kann sich die Fruchtsaison bis Juli oder August verschieben.

Welche Woche tatsächlich geeignet ist, hängt von Regenfällen, Temperatur und Schatten ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Sie werden frisch gegessen, wenn der fleischige Teil vollständig rot und weich geworden ist.

Ein USDA-NRCS-Bericht beschreibt, dass indigene Gemeinschaften Kaliforniens und Nevadas wilde Erdbeeren sammelten und frisch verzehrten.

Der Frischverzehr reifer Früchte ist auch aus vielen europäischen Ländern bekannt, in denen dieselbe Art wächst.

Junge Blätter. Die Iowa State University Extension behandelt Fragaria vesca zusammen mit Fragaria virginiana und bestätigt den Rohverzehr der Blätter dieser Erdbeeren.

Für eine kalifornische Ernte ist die genaue Bestimmung der Art besonders wichtig. Drei Fiederblättchen allein reichen nicht aus, um alle ähnlichen Pflanzen voneinander zu unterscheiden.

Am besten eignen sich weiche Blätter während des neuen Wachstums. Ältere Blätter werden fester.

In mildem Klima steht Laub wesentlich länger zur Verfügung als die Früchte. Als Nahrung werden aber vor allem die jungen zarten Blätter verwendet, nicht alte grobe Rosetten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Walderdbeere besitzt drei gezähnte Fiederblättchen, weiße Blüten mit gelber Mitte und einen fleischigen Fruchtboden mit Nüsschen auf der Außenseite.

Die ähnlich wachsende Scheinerdbeere Potentilla indica bildet ebenfalls kriechende Rosetten und rote Fruchtstände. Ihre Blüten sind aber gelb, und die Fruchtstände stehen gewöhnlich aufrechter und sehen körniger aus.

Sie gilt nicht als gefährlicher giftiger Doppelgänger, ist jedoch eine andere Pflanze.

Auch innerhalb der Walderdbeere variieren Blattform und Fruchtgröße etwas.

Ein einzelnes zufällig gefundenes dreiteiliges Blatt genügt daher nicht: Blüten, Wuchsform und Früchte müssen zusammen beurteilt werden.

QUELLEN

- Royal Botanic Gardens, Kew, Fragaria vesca: https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:30074127-2/general-information
- USDA Forest Service, Ökologie und Nutzung: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/fraves

- USDA NRCS, Native Uses of Native Plants: https://www.nrcs.usda.gov/sites/default/files/2023-01/Native_Uses_of_Native_Plants-revised_2018-web.pdf
- Iowa State University Extension, Woodland Strawberry: https://naturalresources.extension.iastate.edu/encyclopedia/woodland-strawberry
- Calflora, kalifornische Verbreitung: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3609
- NIEHS, False Strawberries (Potentilla indica): https://www.niehs.nih.gov/health/kids/topics/natural-world/wildlife/plants/false-strawberry

Virginische Erdbeere — süße kleine rote Früchte der Bergwiesen · Fragaria virginiana

Fragaria virginiana

An Bächen und Waldrändern der kalifornischen Berge wachsen niedrige dreiteilige Blätter, zwischen denen im Frühjahr weiße Blüten erscheinen.



Fragaria virginiana mit dreiteiligen gezähnten Blättern, weißen Blüten und kleinen roten Früchten auf einer Bergwiese

Fritzflohrreynolds · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Später reifen auf dünnen Blütenschäften kleine aromatische rote Früchte. Es handelt sich um Fragaria virginiana, die Virginische Erdbeere, von kalifornischen Botanikern auch als Bergerdbeere bezeichnet.

Ihre wilden Früchte sind gewöhnlich deutlich kleiner als Gartenerdbeeren. Sie können roh gegessen werden und zeigen, wie kurz die Fruchtsaison auf einer Bergwiese sein kann.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige ausdauernde krautige Pflanze mit grundständiger Rosette.



Fragaria virginiana mit dreiteiligen gezähnten Blättern, weißen Blüten und kleinen roten Früchten auf einer Bergwiese

Sebaz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Von ihr gehen dünne lange Ausläufer aus, an deren Enden neue Tochterrosetten entstehen.

Jedes Blatt besteht aus drei einzelnen ovalen gezähnten Fiederblättchen an einem langen Blattstiel. Das mittlere ist oft etwas größer als die seitlichen.

Die Oberseite ist grün; auf der Unterseite können Haare sitzen, deren Verteilung je nach Varietät und Population variiert.

Die Blüten besitzen gewöhnlich fünf weiße Kronblätter und zahlreiche gelbe Staubblätter. Unter ihnen stehen grüne Kelchblätter.

Nach der Bestäubung vergrößert sich der fleischige Blütenboden, auf dessen Oberfläche zahlreiche kleine trockene Nüsschen sitzen.

Bei vollständiger Reife wird der rote Teil weich.

Die kalifornischen Bergformen können in Blattgestalt und Behaarung von häufig abgebildeten Pflanzen des östlichen Nordamerikas abweichen. Man darf daher nicht nur ein einzelnes Blatt mit einem Foto aus einer anderen Region vergleichen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erkennt Fragaria virginiana als heimische kalifornische Art.

Sie wächst in Berg- und Vorgebirgsgebieten, an Bachufern, in Gelbkiefern-, Rottannen- und Douglasienwäldern sowie in subalpinen Pflanzengemeinschaften.

Ihr Verbreitungsgebiet ist nicht so eng auf die Küste begrenzt wie das von Fragaria chiloensis. Es stimmt auch nicht vollständig mit dem der Walderdbeere Fragaria vesca überein.

Auf einer Reise von Sacramento aus liegen typische Standorte höher in der Sierra Nevada, wo Frühlingsfeuchtigkeit erhalten bleibt und die Sommer kühler sind.

Auf offenen trockenen Rasenflächen im Tal sind keine natürlichen Bestände dieser Bergerdbeere zu erwarten.

Gartenhybriden und Zierpflanzen bei Wohnhäusern ersetzen nicht die Bestimmung einer heimischen Wildpopulation.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Winter wird das oberirdische Laub in Gebirgen weniger oder liegt unter Schnee.

Mit der Schneeschmelze wachsen junge Blätter, anschließend öffnen sich weiße Blüten. In tieferen Vorgebirgen kann dies im April oder Mai geschehen, weiter oben im Mai oder Juni und später.

Vollständig rote Früchte reifen gewöhnlich von Juni bis August. Höhenlage, Schatten und Feuchtigkeit verschieben die Erntezeit.

Auf einer bestimmten Wiese kann die kurze Fruchtsaison schon nach wenigen Wochen beendet sein, obwohl die Blätter weiterwachsen.

Grünes Laub im September bedeutet deshalb nicht, dass noch rote Früchte vorhanden sind.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife rote Früchte. Plants For A Future bestätigt für Fragaria virginiana ausdrücklich den Rohverzehr.

Der kleine rote Fruchtboden ist weich, süßlich und duftend, manchmal deutlich säuerlich. Man kann ihn frisch ohne Erhitzen essen. Die winzigen Nüsschen auf seiner Oberfläche bleiben dabei erhalten.

Für die Ernte eignen sich nur vollständig gefärbte Früchte mit typischem Erdbeergeruch.

Frisch zerdrückte Früchte. Reife Erdbeeren können kalt zu einem Fruchtmus zusammengedrückt und kurz nach dem Sammeln gegessen werden.

Ohne Kühlung verderben sie rasch, werden zerdrückt und schimmeln.

Manche Nahrungsquellen erwähnen Getränke aus Erdbeerblättern nach dem Aufbrühen. Solche heißen Zubereitungen gehören nicht zur Nahrung ohne Feuer.

Rohe Blätter, Wurzeln und Ausläufer werden in diesem artspezifischen Artikel deshalb nicht als Erntegut empfohlen.

Wilde Erdbeeren tragen oft nur wenige Früchte. Einzelne reife Früchte an sehr kleinen Beständen sollte man stehen lassen, besonders auf Flächen, deren Vegetation wiederhergestellt wird.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Fragaria vesca hat ebenfalls dreiteilige gezähnte Blätter und weiße Blüten, unterscheidet sich jedoch in Einzelheiten der Blättchen, der Behaarung und des Fruchtbodenbaus. Diese Merkmale werden am besten mit einem botanischen Bestimmungsschlüssel verglichen.

Fragaria chiloensis wächst vorwiegend in Küstennähe und besitzt häufig ledrigere glänzende Blätter.

Die Scheinerdbeere Potentilla indica hat gelbe Blüten und meist aufrechter stehende Fruchtstände.

Drei Fiederblättchen allein bestimmen keine Erdbeere: Auch manche Fingerkräuter sehen ähnlich aus.

Auf geschützten Bergwiesen kann das Sammeln verboten sein; Pflanzen am Rand stark begangener Wege können durch Staub verunreinigt werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3610
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Fragaria+virginiana

Kleinblütiges Knopfkraut — zarte Blätter eines sommerlichen Gartenkrauts · Galinsoga parviflora

Galinsoga parviflora

Auf feuchter Gartenerde erscheint im Sommer gelegentlich ein unscheinbares schnell wachsendes Kraut, das zwischen höheren Gemüsepflanzen leicht übersehen wird.



Galinsoga parviflora mit gegenständigen gezähnten Blättern und winzigen gelbweißen Blütenköpfchen

Eurico Zimbres (Zimbres) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Seine gezähnten Blätter stehen einander gegenüber. Die winzigen Blütenköpfchen besitzen eine gelbe Mitte, um die wenige kurze weiße Zungenblüten stehen.

Das ist Galinsoga parviflora, das Kleinblütige Knopfkraut, eine nach Kalifornien eingeführte Pflanze.

In verschiedenen Ländern werden seine jungen Blätter und weichen Triebe roh verwendet. In Kalifornien selbst liegen jedoch vergleichsweise wenige Beobachtungen vor.



Galinsoga parviflora mit gegenständigen gezähnten Blättern und winzigen gelbweißen Blütenköpfchen

Kristian Peters (Fabelfroh) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, gewöhnlich zehn bis sechzig Zentimeter hoch.

Seine weichen verzweigten Stängel können vierkantig oder rundlich erscheinen. Die Blätter stehen paarweise gegenständig an kurzen Stielen. Sie sind eiförmig, haben eine zugespitzte Spitze und deutlich gezähnte Ränder, manchmal mit leichter Behaarung.

In den Achseln der oberen Blätter entstehen winzige Blütenköpfchen von wenigen Millimetern Durchmesser.

Meist umgeben vier oder fünf weiße Zungenblüten die gelbe Mitte aus Röhrenblüten. Jede weiße Zungenblüte besitzt an ihrer Spitze drei kurze Zähnchen.

Nach dem Blühen entstehen kleine trockene Achänen mit kurzen Flugschuppen.

Wenn der Boden dauerhaft feucht bleibt, bildet die Pflanze schnell neue Seitenzweige und weitere Köpfchen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Galinsoga parviflora als nicht heimische einjährige Art mit ungefähr neunzig Beobachtungen. Die Varietät var. parviflora wurde noch seltener nachgewiesen.

Die Art wächst auf gestörten Böden, in ehemaligen Gemüsebeeten, bei Kompoststellen, in bewässerten Pflanzungen und gelegentlich bei ländlichen Häusern.

Sie ist kein gewöhnliches Gras der trockenen kalifornischen Hügel und keine typische Nahrungspflanze hoch gelegener Tundraflächen.

Rund um Sacramento kann sie bei Bewässerung aus Samen aufgehen. Häufiger findet man jedoch andere kleine Korbblütler.

Behandelte Felder und verschmutzte Abfallstellen eignen sich nicht für rohe Nahrung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen keimen, nachdem sich feuchter Boden dauerhaft erwärmt hat.

In heißen Tälern bilden sich bei Bewässerung ab dem späten Frühjahr neue Blätter. Die Blüte kann sich über den Sommer bis in den frühen Herbst erstrecken.

Bei ausreichend Wasser entstehen während einer Saison mehrere Pflanzengenerationen.

Die zartesten Blätter sind vor der massenhaften Bildung von Blütenköpfchen vorhanden. Später werden ältere Stängel härter, während junge obere Triebspitzen weich bleiben können.

Nach Frost sterben die oberirdischen Teile ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebspitzen.

Botanische und ernährungsbezogene Beschreibungen führen Galinsoga parviflora als Blattgemüse. Eine spezialisierte Datenbank zu essbaren Pflanzen bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr.

Die weichen Blätter besitzen einen milden krautigen Geschmack, gelegentlich mit einer leichten Würze. Sie können fein geschnitten und ohne Erhitzen unter anderes frisches Grün gemischt werden.

Stark behaarte ältere Stängel sind weniger angenehm. Samen gelten hier nicht als bestätigte rohe Nahrung.

Blätter aus mit Abwasser oder Düngemitteln belastetem Boden werden nicht roh gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Galinsoga quadriradiata ist eine eigene verwandte Art. Ihre Stängel und Blütenstiele tragen längere dichtere Haare; die Blätter sind gewöhnlich deutlich stärker behaart.

Die beiden Arten unterscheiden sich auch im Bau von Achänen und Hüllblättern. Galinsoga parviflora wirkt insgesamt glatter.

Tridax procumbens besitzt größere einzeln stehende Blütenköpfchen auf langen Schäften und wächst anders.

Aus einem einzigen winzigen weißgelben Blütenköpfchen lässt sich die Art nicht sicher erkennen.

Für die Bestimmung werden Blätter, Behaarung des Stängels, Blütenstiele und reife Achänen zusammen betrachtet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9974
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3651
- https://cals.cornell.edu/weed-science/weed-profiles/galinsogas
- https://edibleplantdb.org/plants/4610/galinsoga-parviflora

Behaartes Knopfkraut — junge Blätter mit winzigen weißen Strahlenblüten · Galinsoga quadriradiata

Galinsoga quadriradiata

Auf lockerem feuchtem Boden eines alten Gemüsegartens wächst gelegentlich ein kleines, dicht behaartes einjähriges Kraut mit paarweise angeordneten gezähnten Blättern.



Galinsoga quadriradiata mit stark behaarten gegenständigen Blättern und winzigen weißen Randblüten um eine gelbe Mitte

Rasbak · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Über dem Laub erscheinen unscheinbare winzige Blütenköpfchen: gelbe Röhrenblüten in der Mitte und einige kurze weiße Zungenblüten am Rand.

Galinsoga quadriradiata ist eng mit dem Kleinblütigen Knopfkraut verwandt, unterscheidet sich aber durch seine dichtere Behaarung und Einzelheiten der Früchte.

Seine jungen Blätter sind als Nahrung ohne Erhitzen dokumentiert, unter anderem durch ethnobotanische Untersuchungen aus Indonesien.



Galinsoga quadriradiata mit stark behaarten gegenständigen Blättern und winzigen weißen Randblüten um eine gelbe Mitte

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, gewöhnlich etwa fünfzehn bis sechzig Zentimeter hoch, mit zahlreichen Seitenzweigen und weichen, manchmal etwas klebrig behaarten Stängeln.

Die gegenständig stehenden Blätter besitzen kurze Stiele. Ihre Spreiten sind eiförmig bis breit lanzettlich, mit deutlich gezähntem Rand.

Auf der Blattfläche und an den Adern sitzen auffällige weiche Haare.

Die kleinen Blütenköpfchen stehen auf dünnen Stielen und tragen meist vier oder fünf weiße Zungenblüten, deren Spitzen jeweils in drei kurze Zähnchen geteilt sind.

In der Mitte stehen zahlreiche winzige gelbe Röhrenblüten.

Nach der Blüte entstehen trockene Achänen mit kurzen Schuppen und Borsten. Gerade die reifen Früchte erleichtern die Bestimmung dieser Art.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Galinsoga quadriradiata als eingeführte Art und nennt lediglich wenige bestätigte kalifornische Beobachtungen.

Deshalb darf nicht jedes kleine Knopfkraut im Bundesstaat automatisch zu dieser Art gerechnet werden. Ähnlich aussehende Pflanzen müssen einzeln bestimmt werden.

Mögliche Standorte sind feuchte Gemüsegärten, gestörte Beete, Kompostplätze und bewässerte Anpflanzungen.

Die Art stammt aus Amerika, wurde jedoch auch in zahlreiche andere Länder eingeführt, wo sie auf weichen feuchten Böden gedeiht.

In trockenen natürlichen Lebensräumen des Sacramento-Gebiets ist sie nicht als ständig verfügbares Wildkraut zu erwarten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen keimen, nachdem sich feuchter Boden erwärmt hat. Schnell wachsen die ersten gezähnten Blätter.

Auf bewässerten Flächen entwickelt sich die Pflanze ab dem späten Frühjahr. Manchmal erscheinen bereits wenige Wochen danach Blütenköpfchen.

Im Sommer kann sie gleichzeitig neue Blätter und Blüten tragen; zum Herbst reifen Samen.

Die weichsten Blätter sind vor der starken Verzweigung und Blüte vorhanden. Bei älteren Pflanzen werden die stark behaarten Teile unangenehmer.

Mit den ersten stärkeren Frösten stirbt die Pflanze oberirdisch ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter.

Eine Untersuchung der traditionellen Verwendung von Korbblütlern am Berg Bisma in Zentraljava nennt Galinsoga quadriradiata ausdrücklich. Dort werden junge Blätter roh als frisches Grün gegessen, während ausgewachsene Blätter häufiger gekocht werden.

Für eine Mahlzeit ohne Feuer wählt man einige saubere weiche Blätter aus dem oberen Pflanzenteil, schneidet sie fein und mischt sie mit milderem Blattgrün.

Stark behaarte ausgewachsene Blätter und feste Stängel sind dafür weniger geeignet. Samen und Wurzeln gehören nicht zur bestätigten Liste roher Nahrung.

Wegen typischer Gartenstandorte muss besonders auf Insektizide, fäkale Verunreinigung und Abwasser geachtet werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Galinsoga parviflora hat gewöhnlich glattere Stängel und Blätter und unterscheidet sich im Bau der Schuppen an den Achänen.

Andere kleine Korbblütler, etwa Tridax procumbens, tragen ähnliche weiße Zungenblüten. Ihre Blütenschäfte und Blätter sind jedoch anders gebaut.

Galinsoga quadriradiata besitzt viele lange Haare an Blättern und Blütenstielen und sehr kleine Köpfchen.

Die bloße Zahl der weißen Randblüten genügt nicht, da sie bei beiden Knopfkrautarten variieren kann.

Für eine verlässliche Artbestimmung sind eine ausgewachsene Pflanze und ein reifes Blütenköpfchen erforderlich.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3652
- https://journal.ugm.ac.id/jtbb/article/viewFile/66953/33038

- https://botsoc.scot/2022/10/23/plant-of-the-week-24th-october-2022-shaggy-soldier-galinsoga-quadriradiata/

Kletten-Labkraut — zartes klettendes Frühlingsgrün im Schatten · Galium aparine

Galium aparine

Im Winter und frühen Frühjahr erscheint unter Sträuchern, an Zäunen und auf leicht feuchtem Boden ein klettendes Kraut.



Galium aparine mit sechs bis acht schmalen Blättern im Quirl, vierkantigen Trieben und klettenden Häkchen

Luis Nunes Alberto · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Seine schwachen Triebe wachsen an anderen Pflanzen entlang und bleiben leicht an der Kleidung hängen, als bestünden sie aus grünem Klettband.

Solange Stängel und Blätter ganz jung und weich sind, können die zarten oberen Teile frisch verwendet werden. Später machen die kleinen Häkchen sie zunehmend rau und zäh.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige Pflanze mit langen schwachen vierkantigen Stängeln, häufig mehrere Dutzend Zentimeter bis über einen Meter lang.



Galium aparine mit sechs bis acht schmalen Blättern im Quirl, vierkantigen Trieben und klettenden Häkchen

Sarefo · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die Stängel stehen kaum selbst aufrecht, sondern halten sich an benachbarten Kräutern und Sträuchern fest.

An den Knoten stehen jeweils sechs bis acht schmale, zugespitzte Blätter in scheinbaren Quirlen um den Stängel.

Blätter und Stängelkanten sind dicht von winzigen nach hinten gerichteten Häkchen bedeckt. Bei vorsichtiger Berührung fühlt sich der Trieb rau an.

Die sehr kleinen weißlichen Blüten tragen meist vier Kronblätter. Danach entstehen paarweise angeordnete kugelige Früchte, die ebenfalls mit Häkchen versehen sind.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Galium aparine ist in Kalifornien sehr verbreitet. Calflora verzeichnet die Art unter anderem in Sacramento, Placer, Yolo und Butte County, an der Küste und in den Bergen.

Sie wächst an feuchten Waldrändern, Zäunen und Sträuchern, auf gestörten Flächen und gelegentlich auf bewässertem Boden.

An trockenen sonnigen Straßenrändern vergilbt sie rasch. Im Schatten bleibt sie länger grün.

Auch große Mengen Grün unter Sträuchern bedeuten nicht, dass der Standort sauber ist. Pflanzen nahe Straßen und in behandelten Gärten eignen sich nicht zur Rohkosternte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In den Ebenen um Sacramento erscheinen junge Pflanzen gewöhnlich nach Herbst- und Winterregen.

Das weichste Grün wächst während des Winters und im frühen Frühjahr. In kälteren Gebieten beginnt die Saison später.

Blüten und klettende Früchte entwickeln sich häufig im Frühjahr. In Berggebieten und an kühleren Standorten kann dies bis in den Frühsommer dauern.

Während der Samenreife wird die gesamte Pflanze härter und trocknet schließlich aus.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Die University of Wisconsin Horticulture bestätigt ausdrücklich, dass junge Blätter von Galium aparine roh gegessen werden können.

Sie schmecken mild krautig. Selbst an jungem Grün können die feinen Häkchen bereits spürbar sein.

Zarte Triebspitzen. Nahrungsführer für diese Art bestätigen außerdem den Rohverzehr noch weicher Triebspitzen.

Sie werden geerntet, bevor die Stängel stark verlängert und die klettenden Früchte reif sind. Sehr junges Grün kann fein geschnitten und kalt mit anderen Blättern vermischt werden.

Ausgewachsene harte Stängel und klettende Samen werden hier nicht als rohe Nahrung empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wachsen weitere Galium-Arten.

Für das Kletten-Labkraut sind die Quirle schmaler Blätter, der vierkantige Stängel und seine rückwärts gerichteten Häkchen besonders charakteristisch.

Einige andere Labkräuter besitzen glatte Stängel oder kleinere Blattquirle.

Das Merkmal „haftet an Kleidung“ allein bestimmt jedoch keine Pflanze.

Bei empfindlichen Menschen können die feinen Haare von Galium aparine Haut und Schleimhäute reizen. Zum Essen kommt deshalb nur ganz junges zartes Grün infrage; tritt eine Reizung auf, wird es nicht weiter gegessen.

QUELLEN

- Calflora — Galium aparine: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3669
- University of Wisconsin Horticulture — Catchweed Bedstraw: https://hort.extension.wisc.edu/articles/catchweed-bedstraw-galium-aparine/
- Kew, Plants of the World Online — Galium aparine: https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:30007294-2/general-information

Salal — immergrüner Küstenstrauch mit süßen dunklen Beeren · Gaultheria shallon

Gaultheria shallon

In den Küstenwäldern Nordkaliforniens wachsen unter Bäumen häufig dichte Sträucher mit großen glänzenden Blättern.



Gaultheria shallon mit großen glänzenden immergrünen Blättern, kleinen glockenförmigen Blüten und dunkelpurpurnen Beeren

Wing-Chi Poon · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Sie bleiben im Winter, Frühjahr und Sommer grün. Im Spätsommer erscheinen zwischen den Blättern dunkle Beeren.

Dies ist Salal, Gaultheria shallon. Seine reifen dunklen Früchte wurden frisch gegessen und nach natürlichem Trocknen aufbewahrt.

Der Strauch selbst bleibt ganzjährig grün, die wichtigste Nahrungssaison fällt aber in den Spätsommer und Herbst.



Gaultheria shallon mit großen glänzenden immergrünen Blättern, kleinen glockenförmigen Blüten und dunkelpurpurnen Beeren

Darren Giles · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Salal ist ein ausdauernder immergrüner Strauch, gewöhnlich einen halben bis zwei Meter hoch.

Auf ausreichend feuchtem Boden bilden seine zahlreichen Zweige einen dichten Unterwuchs.

Die ledrigen Blätter sind oval bis breit eiförmig, meistens etwa fünf bis zehn Zentimeter lang.

Ihre Oberseite ist dunkelgrün und glänzend. Am Rand sitzen sehr kleine Zähnchen. Die Blätter stehen wechselständig und bleiben mehrere Jahre am Strauch.

Neues Laub entsteht an den Zweigspitzen und ist zunächst heller und weicher.

Die Blüten hängen in kleinen Gruppen herab. Jede erinnert an eine kleine weiße oder rosafarbene Glocke.

Zur Reife färben sich die rundlichen, ungefähr einen Zentimeter großen Beeren blauschwarz bis tiefpurpurfarben. Sie können etwas samtig aussehen und enthalten zahlreiche kleine Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Salal wächst an der Pazifikküste von Kalifornien über British Columbia bis weiter in den Norden.

In Kalifornien findet man den Strauch besonders häufig in Redwood-Wäldern, unter Nadelbäumen, an feuchten Hängen der Coast Ranges, in Strauchgemeinschaften nahe dem vom Ozeannebel beeinflussten Küstenbereich.

In einem geeigneten Wald kann Salal beinahe die gesamte niedrige Vegetationsschicht bedecken.

Außerhalb feuchter Küsten- und Bergstandorte ist er deutlich seltener. Auf dem offenen trockenen Talboden rund um Sacramento ist er kein gewöhnlicher Alltagsstrauch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Ausgewachsene ledrige Blätter bleiben von Januar bis Dezember am Strauch.

Junge weiche Blätter erscheinen hauptsächlich im Frühjahr mit dem neuen Wachstum. Dabei muss zwischen dem ganzjährigen Vorhandensein ausgewachsener Blätter und der kurzen Phase zarten Austriebs unterschieden werden.

Die Blüten öffnen sich im späten Frühjahr und Sommer. Für Kalifornien sind, abhängig vom Standort, Blütezeiten zwischen März und Juli beschrieben.

Die Früchte reifen häufiger von August bis Oktober.

Einige Beeren bleiben bis in den späten Herbst an den Zweigen; natürlich getrocknete Vorräte können auch nach der eigentlichen Beerenzeit gegessen werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Die dunklen reifen Früchte werden frisch gegessen.

Sie können ein süßes, leicht mehliges Fruchtfleisch und zahlreiche kleine Samen besitzen.

Indigene Völker der Pazifikküste, darunter Gemeinschaften Nordkaliforniens, sammelten sie.

Für die Pomo und einige benachbarte Völker ist der Frischverzehr ausdrücklich dokumentiert. Ein Lehrheft des Karuk-Stammes zählt Salal ebenfalls zu den Nahrungspflanzen.

Natürlich getrocknete Beeren. Reife Früchte wurden zerdrückt und ohne Erhitzen getrocknet, um sie aufzubewahren.

Solche trockenen Beerenvorräte waren wichtig, wenn die frische Fruchtsaison rasch zu Ende ging.

Salalfrüchte sind eine saisonale Nahrung. Frühlingsblätter, Blüten und Triebe sind wichtige Erkennungsmerkmale, gehören jedoch nicht zu den in diesem Artikel bestätigten essbaren Teilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Salal besitzt große ledrige Blätter mit fein gezähntem Rand, weißrosa glockenförmige Blüten und dunkle Früchte an kurzen Trauben.

Bei der immergrünen Heidelbeere Vaccinium ovatum sind die Blätter wesentlich kleiner, und die Früchte stehen anders.

Auch andere immergrüne Waldsträucher können dunkle Beeren besitzen. Deren Farbe ersetzt niemals die Bestimmung von Blättern, Blüten und Aufbau des gesamten Strauches.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Gaultheria shallon: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/gausha
- Washington Native Plant Society, Beschreibung und Fruchtnutzung: https://www.wnps.org/native-plant-directory/125:gaultheria-shallon
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries: https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf

- Turner et al., Traditional Plant Foods of Canadian Indigenous Peoples: https://www.hscdsb.on.ca/wp-content/uploads/2022/03/Indigenous-Plant-Foods.pdf

Einjährige Sonnenblume — wilde Blütenköpfe und rohe Kerne · Helianthus annuus

Helianthus annuus

Auf sonnigen kalifornischen Flächen stehen im Sommer hohe raue Stängel mit großen herzförmigen Blättern und leuchtend gelben Blütenköpfen.



Helianthus annuus mit hohem rau behaartem Stängel, großen herzförmigen Blättern und gelben Sonnenblumenköpfen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Bei der wilden Sonnenblume sind die Köpfe häufig kleiner als die riesigen Köpfe kultivierter Gartensorten. Botanisch gehören sie jedoch derselben Art an: Helianthus annuus.

Nach dem Trocknen der Blütenköpfe reifen im Zentrum zahlreiche Samenfrüchte. Ihre Kerne können nach dem Entfernen der Schale roh gegessen werden.

In der Natur sind sie eine kleine saisonale Nahrung. Die großen bequem zu schälenden Sonnenblumenkerne des Handels entstanden dagegen durch lange Züchtung.



Helianthus annuus mit hohem rau behaartem Stängel, großen herzförmigen Blättern und gelben Sonnenblumenköpfen

Clematis · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die einjährige Sonnenblume entwickelt sich aus einem Samen innerhalb einer einzigen Wachstumsperiode.

Der aufrechte dicke Stängel ist von groben Haaren bedeckt. Je nach Standort erreicht die Pflanze eine Höhe vom Knie bis zu mehreren Metern.

Die breiten herz- bis eiförmigen Blätter sind gezähnt und besitzen lange Blattstiele.

Im unteren Stängelbereich stehen sie häufig gegenständig, weiter oben wechselständig. Die Blattoberfläche fühlt sich rau an.

Ein Blütenkopf besteht aus langen gelben Zungenblüten am Rand und vielen kleinen Röhrenblüten in der Mitte.

Bei einer Wildpflanze können an einem verzweigten Stängel mehrere Köpfe entstehen.

Nach der Bestäubung entwickelt sich aus jeder zentralen Blüte eine trockene Frucht mit harter Schale.

Während der Reife wird der Blütenkopf dunkler und neigt sich nach unten. Darin erkennt man schwarze, graue oder gestreifte Samenfrüchte. Bei Wildformen sind sie häufig wesentlich kleiner als die Kerne handelsüblicher Sorten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Helianthus annuus als heimische kalifornische Art und nennt Beobachtungen unter anderem aus Sacramento, Yolo, San Joaquin, Stanislaus und Riverside County.

Die Sonnenblume wächst auf sonnigen offenen Flächen, früher landwirtschaftlich genutzten Böden und an Feld- und Straßenrändern, insbesondere dort, wo der Boden gestört wurde.

Die California Flora Nursery beschreibt eine heimische Wildform aus der Region des Lake Berryessa.

In Siedlungen und bei Gärten kommen daneben kultivierte Sorten vor. Allein die Höhe eines Stängels beweist nicht, dass die Pflanze aus einer natürlichen Population stammt.

In trockeneren Gebieten hängen Größe und Zahl der Blütenköpfe stark von der verfügbaren Feuchtigkeit ab.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr keimen nach der Erwärmung des Bodens junge Pflanzen mit ihren ersten breiten Blättern.

Im Sommer wachsen die Stängel schnell und bilden Blütenköpfe.

Im Central Valley fällt die auffälligste Blüte häufig in die Zeit von Juni bis September. Andere Gegenden können davon abweichen.

Zwischen Blüte und vollständiger Samenreife vergehen mehrere Wochen.

Die wichtigste Zeit für rohe Kerne liegt im Spätsommer und Herbst, wenn die Köpfe braun werden und sich die Samenfrüchte leicht herauslösen lassen.

Unreife grüne Samenfrüchte sind kein gleichwertiger Vorrat: Sie besitzen noch keinen vollständig ausgebildeten üblichen essbaren Kern.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife geschälte Samenkerne. Ein artspezifischer USDA-NRCS-Leitfaden bestätigt, dass Samen von Helianthus annuus roh, geröstet, getrocknet und gemahlen gegessen wurden.

Für diesen Atlas kommen nur Verfahren ohne Feuer in Betracht: Die reife Samenfrucht wird von ihrer harten Hülle befreit und der innere Kern roh gegessen.

Er schmeckt ölhaltig und etwas nussig.

Die Kerne der Wildpflanze sind klein. Eine nennenswerte Portion zu gewinnen ist erheblich aufwendiger als bei einer modernen Kultursorte.

Kalt zerdrückte rohe Kerne. Nach dem Schälen können die Kerne ohne Erhitzen zerkleinert werden.

Historische Pinole-Zubereitungen beinhalten häufig das Rösten der Samen. Ein solches Rezept darf nicht als kalte Methode ausgegeben werden.

Das bloße Zerkleinern eines rohen reifen Kerns erfordert keine Hitze. Die Masse sollte frisch gegessen oder nur unter sehr trockenen Bedingungen aufbewahrt werden.

Blütenblätter und Knospen. Manche Nahrungsführer führen Blütenblätter als Nahrung auf. Der USDA-Leitfaden beschreibt jedoch das Kochen junger Knospen.

Ganze rohe Blütenköpfe und grüne Stängel werden hier deshalb nicht als Nahrung angeboten.

Verschimmelte Samen sowie Kerne mit Schädlingsspuren oder chemischer Belastung werden nicht verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Zur Gattung Helianthus gehören viele verwandte gelb blühende Arten.

Helianthus tuberosus ist ausdauernd und entwickelt unterirdische Knollen. Seine Stängel und Blütenköpfe können denen der einjährigen Sonnenblume ähneln.

Andere gelbe Korbblütler besitzen ebenfalls äußere Zungenblüten und einen zentralen Blütenboden, unterscheiden sich aber in Blättern und Früchten.

Die einjährige Sonnenblume erkennt man an grob behaarten Stängeln, breiten rauen gezähnten Blättern, den Köpfen und reifen Samenfrüchten.

Auf behandelten Feldern und Zierflächen werden keine Samen gesammelt, wenn die chemische Behandlung unbekannt ist.

Sonnenblumenkerne können bei manchen Menschen Allergien auslösen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4040
- https://plants.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_hean3.pdf
- https://www.kew.org/plants/sunflower
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/helianthus-annuus/

Topinambur — knackige unterirdische Knollen im Spätherbst · Helianthus tuberosus

Helianthus tuberosus

In einem verlassenen Gemüsegarten stehen im Herbst manchmal hohe Stängel mit gelben Blütenköpfen, die an kleine Sonnenblumen erinnern.



Helianthus tuberosus mit hohen behaarten Stängeln, kleinen gelben Sonnenblumenköpfen und knolligen unterirdischen Speicherorganen

David L. Van Tassel (Desmanthus4food) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Unter der Erde befinden sich an den Enden dünner Ausläufer unregelmäßige knollige Speicherorgane.

Das ist Topinambur, Helianthus tuberosus, ein ursprünglich aus dem zentralen Nordamerika stammender Verwandter der Sonnenblume, der in Kalifornien eingeführt wurde.

Seine Knollen sind roh essbar. Sie sind knackig, leicht süßlich und erinnern in ihrer Konsistenz an Wasserkastanien.



Helianthus tuberosus mit hohen behaarten Stängeln, kleinen gelben Sonnenblumenköpfen und knolligen unterirdischen Speicherorganen

David L. Van Tassel (Desmanthus4food) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine kräftige ausdauernde Pflanze aus der Familie der Korbblütler, gewöhnlich eineinhalb bis drei Meter hoch.

Die aufrechten Stängel fühlen sich rau an und sind häufig dicht von kurzen Haaren bedeckt.

Ihre breiten eiförmigen Blätter haben einen gezähnten Rand und eine zugespitzte Spitze.

Im unteren Stängelabschnitt stehen sie oft gegenständig, weiter oben wechselständig.

An den Enden der Zweige erscheinen gelbe Blütenköpfe mit ungefähr fünf bis zehn Zentimetern Durchmesser. Lange gelbe Zungenblüten am Rand umgeben die dunklere Mitte.

Unter der Erde bildet Topinambur lange Rhizome mit länglichen knolligen Verdickungen. Deren äußere Farbe kann weiß, rosa oder violett sein.

Das Innere der Knolle ist hell, fest und feucht.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Helianthus tuberosus als nicht heimische Art, die außerhalb von Anpflanzungen in Kalifornien nur selten beobachtet wird.

Einzelne Funde gibt es in der San Francisco Bay Area, in Küstengebirgen und einigen weiter im Landesinneren liegenden Countys.

Viele Standorte gehen auf alte Anpflanzungen zurück.

Topinambur kann sich aus einem kleinen verbliebenen Knollenstück regenerieren und an geeigneten Stellen invasiv werden.

Im Sacramento Valley lässt er sich in Gärten anbauen, ist aber kein gewöhnliches wildes Waldgemüse.

Auf privaten Flächen benötigt die Ernte eine Erlaubnis.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr wachsen aus überwinternden Knollen neue Triebe. Während des Sommers werden sie hoch und kräftig.

Die Blüten öffnen sich meist im Spätsommer und Herbst. Danach vergilben die oberirdischen Stängel.

Die unterirdischen Knollen werden bis zum Herbst größer. Sie können auch nach dem Absterben der Stängel und während des Winters vorhanden sein, solange der Boden zugänglich ist.

Nach kühler Witterung schmecken die Knollen häufig etwas süßer.

Am zuverlässigsten merkt man sich die Stelle anhand der blühenden Pflanze. So wird vermieden, im Herbst unbekannte unterirdische Pflanzenteile zu sammeln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Knollen. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Helianthus tuberosus roh gegessen werden kann.

Nach dem Ausgraben werden die Knollen mit sauberem Trinkwasser gründlich von Erde befreit. Beschädigte Stellen werden entfernt; wenn nötig wird die dünne Haut abgeschält.

Eine Knolle kann in dünne Scheiben geschnitten und frisch gegessen werden.

Das Fruchtfleisch ist saftig, fest, leicht süß und nussig.

Topinambur enthält viel Inulin. Dieser Kohlenhydratbestandteil verursacht bei vielen Menschen starke Gasbildung und Blähungen. Deshalb sollte mit einer kleinen Portion begonnen werden.

Ausgewachsene Blätter, grobe Stängel und Blütenköpfe werden hier nicht als rohe Nahrung empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Hohe gelbe Blütenköpfe kommen bei mehreren Helianthus-Arten vor.

Helianthus annuus bildet gewöhnlich einen größeren zentralen Blütenkopf und besitzt ein anderes Wurzelsystem, kann aber ebenfalls verzweigt sein.

Andere ausdauernde Sonnenblumenarten ähneln Topinambur in Höhe und Blattbau, besitzen jedoch nicht unbedingt seine charakteristischen knolligen essbaren Speicherorgane.

Man sollte unterirdische Teile nicht erst zum Zweck der Artprüfung ausgraben. Zuerst wird die ausgewachsene Pflanze anhand von Blättern und Blüten bestimmt; danach kann ein bekannter Bestand zugeordnet werden.

Die Essbarkeit der Topinamburknolle darf nicht auf die Wurzeln anderer gelb blühender Korbblütler übertragen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8486
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Helianthus+tuberosus

Gewöhnliche Nachtviole — junge senfartige Blätter unter violetten Blütentrauben · Hesperis matronalis

Hesperis matronalis

Am Rand eines kühlen Waldes oder eines alten Anwesens wächst im späten Frühjahr gelegentlich ein hohes Kraut mit duftenden violetten Blütentrauben. Jede Blüte besitzt vier Kronblätter; gegen Abend tritt ihr Duft deutlicher hervor.



Hesperis matronalis mit rauen länglichen Blättern, violetten vierzähligen Blüten und späteren schmalen Schoten

Kurt Stüber · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Das ist die Gewöhnliche Nachtviole, Hesperis matronalis, eine aus Europa und Asien eingeführte Pflanze, die in Kalifornien nur örtlich vorkommt. Obwohl ihre Blütenstände auffallen, sind die jungen Blätter vor der Blüte der wichtigste zuverlässig belegte Pflanzenteil für den Rohverzehr.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine zweijährige oder kurzlebig ausdauernde krautige Pflanze, gewöhnlich etwa fünfzig Zentimeter bis einen Meter hoch.

Im ersten Jahr entsteht eine grundständige Rosette großer länglicher Blätter, die von kurzen Haaren bedeckt sind. Im folgenden Frühjahr wächst ein aufrechter Stängel mit wechselständigen lanzettlichen bis eiförmig-lanzettlichen Blättern. Ihre Ränder sind gezähnt, die Blattstiele kurz, und das Laub fühlt sich rau an.

Am oberen Stängel entwickelt sich ein länglicher, verzweigter Blütenstand. Die Blüten tragen vier relativ breite Kronblätter, deren Farbe von Weiß über Rosa bis zu kräftigem Violett reicht. In ihrer Mitte stehen sechs Staubblätter.

Nach der Blüte bilden sich lange schmale zylindrische Schoten mit Samen. Im Sommer wird der Stängel zunehmend grob und fest.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erfasst Hesperis matronalis als nicht heimische Art Kaliforniens und verzeichnet lediglich einige Dutzend Beobachtungen.

Sie wächst vor allem an kühlen, mäßig feuchten gestörten Standorten: entlang von Waldwegen, bei alten Häusern und ehemaligen Gärten. Auf heißen offenen Wüstenflächen ist sie nicht typisch.

Viele Exemplare, die in Städten zu sehen sind, gehören weiterhin zu Zierpflanzungen. In anderen Teilen Nordamerikas kann die Nachtviole invasiv werden. Pflanzen aus natürlichen Beständen sollten daher nicht in neue Gebiete umgesetzt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Blätter erscheinen nach der kühlen Winterperiode oder zu Beginn des Frühjahrs.

Für den Rohverzehr ist die Rosette vor der Blüte am wichtigsten: Die Blätter sind dann weicher und weniger bitter. In Kalifornien kann die Pflanze vom späten Frühjahr bis in den Sommer blühen, an kühleren Stellen entsprechend später.

Im Sommer wachsen die langen Schoten heran, während die Blätter fester und unangenehm bitter werden.

Bei ausreichender Feuchtigkeit können im Herbst neue Rosetten entstehen. Ohne ausgewachsene Pflanzen in der Nähe sind sie jedoch schwer sicher zu bestimmen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr in Salaten, beispielsweise als Ersatz für kresseartiges Würzgrün.

Sie schmecken deutlich senfartig und oft bitter. Wenige Blätter eignen sich deshalb besser als würzige Zugabe zu milderem Blattgrün denn als große alleinige Portion.

Die Blätter müssen frei von Staub und Verschmutzung sein und dürfen nur von sauberen, unbehandelten Standorten stammen.

Für die Samen wird zwar auch das Keimen beschrieben, doch rohe Keimlinge können krankheitserregende Bakterien tragen. Sie werden hier deshalb nicht als Nahrung für unterwegs ohne sichere Aufbereitung empfohlen.

Die Blüten duften angenehm. Ein eigenständiger zuverlässiger Beleg für ihren Rohverzehr liegt in den verwendeten artspezifischen Quellen jedoch nicht vor. Wurzeln und alte Stängel werden ebenfalls nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Phlox-Arten können ähnlich auffällige rosa oder violette Blütengruppen tragen, besitzen jedoch fünf Kronblätter statt vier.

Andere Kreuzblütler haben gewöhnlich kleinere Blüten oder anders geformte Blätter und Früchte. Auch die Garten-Levkoje Matthiola incana trägt vier Kronblätter, doch ihre Blätter sind häufig stärker graufilzig und die Blüten anders angeordnet.

Anhand einer einzigen violetten Blüte lässt sich die Nachtviole nicht sicher bestimmen. Dafür müssen die grundständige Blattrosette, die Behaarung, der Blütenstand und die zylindrischen Schoten gemeinsam betrachtet werden.

Junge Blätter einer unbekannten Pflanze dürfen nicht probiert werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4114
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hesperis+Matronalis

- https://commons.wikimedia.org/wiki/Hesperis_matronalis

Garten-Eibisch — rohe Sommerblüten und junge Blätter eines Zierstrauchs · Hibiscus syriacus

Hibiscus syriacus

Mitten im kalifornischen Sommer öffnen sich in alten Gärten große Blüten mit fünf zarten Kronblättern, häufig mit einem dunklen rötlichen Fleck an der Basis.



Hibiscus syriacus als verholzter Gartenstrauch mit gezähnten Blättern und großen Blüten mit Staubblattsäule

PapiPijuan · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Eine einzelne Blüte hält nur kurz, doch der Strauch bildet über viele Wochen neue Knospen.

Das ist Hibiscus syriacus, der Garten-Eibisch, auch Strauch-Eibisch genannt. Frische Blütenblätter und weiche junge Blätter werden tatsächlich roh gegessen. In Kalifornien stammen jedoch die meisten sichtbaren Sträucher aus Zierpflanzungen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch, gewöhnlich zwei bis vier Meter hoch. Seine aufrechten Zweige bilden eine breite, vasenförmige Krone.



Hibiscus syriacus als verholzter Gartenstrauch mit gezähnten Blättern und großen Blüten mit Staubblattsäule

Manuel Anastácio · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Die wechselständigen Blätter sind vergleichsweise klein, eiförmig oder dreilappig, mit groben Zähnen am Rand. An der Blattbasis sind drei deutliche Adern zu erkennen.

Die großen Einzelblüten stehen in den Blattachseln und erreichen häufig einen Durchmesser von sechs bis zehn Zentimetern. Ihre Farbe kann je nach Sorte weiß, rosa, purpurn oder bläulich sein.

Fünf breite Kronblätter umgeben eine charakteristische lange Staubblattsäule mit zahlreichen Staubblättern und endständigen Narben. Bei vielen Sorten besitzt die Kronblattbasis einen dunklen Fleck.

Nach der Bestäubung entsteht eine trockene fünfklappige Samenkapsel.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Dieser Strauch stammt aus Ostasien und ist keine heimische Waldpflanze Kaliforniens.

Calflora dokumentiert nur einzelne Pflanzen außerhalb von Kulturen. In Gärten ist der Garten-Eibisch wesentlich häufiger.

Bei ausreichender Bewässerung verträgt er kalifornische warme Sommer gut. Deshalb ist er auch im Sacramento Valley bei Wohnhäusern und in Parks anzutreffen.

Ziersträucher werden häufig mit Insektiziden behandelt. Eine Blüte von einer derart behandelten Pflanze wird selbst durch gründliches Abspülen nicht automatisch für den Rohverzehr sicher.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der kühlen Jahreszeit entfalten sich im Frühjahr neue Blätter. Am weichsten sind sie früh während des Austriebs, solange sie klein und noch nicht grob geworden sind.

Die Blüte beginnt gewöhnlich im Sommer und kann bis in den frühen Herbst dauern, beispielsweise von Juli bis September.

Jede einzelne Blüte bleibt nur etwa einen oder zwei Tage ansehnlich. Für Nahrung kommen deshalb frische unbeschädigte Blütenblätter am Tag des Öffnens infrage.

Im Herbst trocknen die Samenkapseln aus. Die Blätter vergilben und fallen ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blüten. Die University of California Agriculture and Natural Resources führt Hibiscus syriacus unter den Pflanzen mit essbaren Blüten auf.

Der Geschmack ist mild und etwas nussartig. Frische Kronblätter können roh gegessen werden. Dafür trennt man sie vom Blütenboden und entfernt die Staubblätter, wenn diese stören.

Die Blütenblätter fühlen sich leicht schleimig an und eignen sich als kleine Zugabe zu frischem Blattgrün.

Junge Blätter. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr. Ihr Geschmack ist mild, die Textur kann jedoch etwas fest sein. Deshalb verwendet man ausschließlich junge weiche Blättchen.

Wurzeln und reife Samenkapseln sind für diese Verwendung nicht als Nahrung bestätigt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Sumpfeibisch Hibiscus moscheutos trägt oft größere Blüten und breitere Blätter und wächst bevorzugt an feuchten Standorten.

Die Stockrose Alcea rosea bildet ihre Blüten entlang eines hohen krautigen Blütenschaftes statt an einem verholzten Strauch.

Unter den Zier-Hibiskusarten gibt es zahlreiche Sorten, auch gefüllt blühende, deren Blütenbau schwerer zu beurteilen ist.

Dass die gewöhnliche Art essbare Blüten besitzt, rechtfertigt nicht die Nutzung eines unbekannten oder mit systemischen Pflanzenschutzmitteln behandelten Zierstrauchs.

Für den Rohverzehr sind eine sichere Bestimmung und ein nachweislich unbehandelter Standort erforderlich.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12559
- https://ucanr.edu/sites/bcmg/files/319325.pdf
- https://pfaf.org/User/plant.aspx?latinname=Hibiscus+syriacus

Stundenblume — cremefarbene Blüten mit dunklem Zentrum und zarte Blätter · Hibiscus trionum

Hibiscus trionum

Im Sommer blüht in warmen landwirtschaftlichen Gegenden Kaliforniens gelegentlich ein niedriges Kraut mit ungewöhnlichen cremefarbenen Blüten.



Hibiscus trionum mit tief gelappten Blättern, cremefarbenen Blüten und dunkelpurpurnem Zentrum

Meteorquake (David Merrick) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Seine Kronblätter erscheinen im Sonnenlicht beinahe durchscheinend; an ihrer Basis bilden sie einen dunkel purpurbraunen Fleck.

Eine einzelne Blüte hält nur wenige Stunden. Deshalb heißt die Pflanze auch Stundenblume.

Hibiscus trionum ist eine eingeschleppte Art, deren weiche junge Blätter und Triebspitzen roh gegessen werden können.



Hibiscus trionum mit tief gelappten Blättern, cremefarbenen Blüten und dunkelpurpurnem Zentrum

bdk (Bdk) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, gewöhnlich fünfundzwanzig bis siebzig Zentimeter hoch, mit aufrechten oder niederliegenden verzweigten Stängeln.

Stängel und Blätter besitzen kurze steife sternförmige Haare. Die wechselständigen gestielten Blätter sind häufig in drei bis fünf tiefe schmale Lappen geteilt. Der mittlere Lappen ist meist länger als die seitlichen; die Ränder können unregelmäßig gezähnt sein.

Die Einzelblüten stehen aufrecht in den Blattachseln und sind mehrere Zentimeter breit. Jede hat fünf cremefarbene bis blassgelbe Kronblätter mit einem auffälligen dunklen Fleck am Grund.

In ihrer Mitte steht eine kurze Staubblattsäule mit hervortretenden Narben.

Nach dem Verwelken entwickelt sich ein aufgeblähter Kelch, in dem eine trockene fünfkammerige Kapsel mit zahlreichen dunklen Samen heranreift.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Hibiscus trionum als nicht heimische Art Kaliforniens. Nachweise liegen von gestörten Standorten, landwirtschaftlichen Gegenden und Feldrändern vor.

Die Art wird unter anderem in einer Pflanzenliste der Yolo Bypass Wildlife Area und in Beobachtungen aus San Joaquin County genannt.

Sie ist kein gewöhnliches Waldkraut der Sierra Nevada und auch nicht derselbe Strauch wie Hibiscus syriacus.

Es handelt sich um eine niedrige einjährige Pflanze offener warmer Böden.

In der Nähe bewirtschafteter Felder ist die Gefahr von Herbizid- und Insektizidrückständen besonders hoch. Derartige Pflanzen sind für den frischen Rohverzehr ungeeignet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Erwärmung des Bodens im Frühjahr erscheinen junge Triebe mit ihren charakteristisch gelappten Blättern.

In warmen tieferen Lagen kann die Blüte im Sommer beginnen und bis zum frühen Herbst reichen.

Einzelne Blüten öffnen sich am Morgen, bleiben nur kurz offen und verwelken danach.

Junge Blätter sind bereits vor der Blüte vorhanden, solange die Gewebe noch weich und nicht stark behaart sind.

Nach der Bildung zahlreicher trockener Samenkapseln beendet die Pflanze rasch ihren Lebenszyklus.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und besonders zarte Triebspitzen.

Plants For A Future bestätigt für Hibiscus trionum ausdrücklich, dass junge Blätter und Sprosse roh gegessen werden können.

Die Gewebe sind etwas schleimig und schmecken mild krautig.

Einige saubere weiche Blättchen können fein geschnitten und ohne Erhitzen unter anderes Grün gemischt werden.

Stark behaarte ausgewachsene Blätter sind weniger angenehm und werden nicht empfohlen.

Die Wurzeln werden in der Quelle zwar als essbar beschrieben, sind aber sehr faserig; ein eigenständiger belegter Rohverzehr wird nicht angegeben. Deshalb zählen sie hier nicht zur Nahrung.

Auch Blüten und Samenkapseln werden nicht als bestätigte rohe Nahrung aufgeführt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Hibiscus syriacus ist ein verholzter Strauch mit großen weißen oder rosa Blüten und anders geformten Blättern.

Die Stundenblume besitzt schmal gelappte Blätter und cremefarbene Blüten mit einem deutlich dunklen Zentrum.

Andere Malvengewächse können ebenfalls fünf Kronblätter und Staubblattsäulen besitzen. Sie bilden jedoch nicht unbedingt die typische aufgeblähte Kelchhülle mit der trockenen Kapsel.

Junges Grün sollte nur im Zusammenhang mit sicher bestimmten ausgewachsenen blühenden Pflanzen erkannt werden.

Pflanzen von chemisch behandelten Feldern werden nicht gegessen.

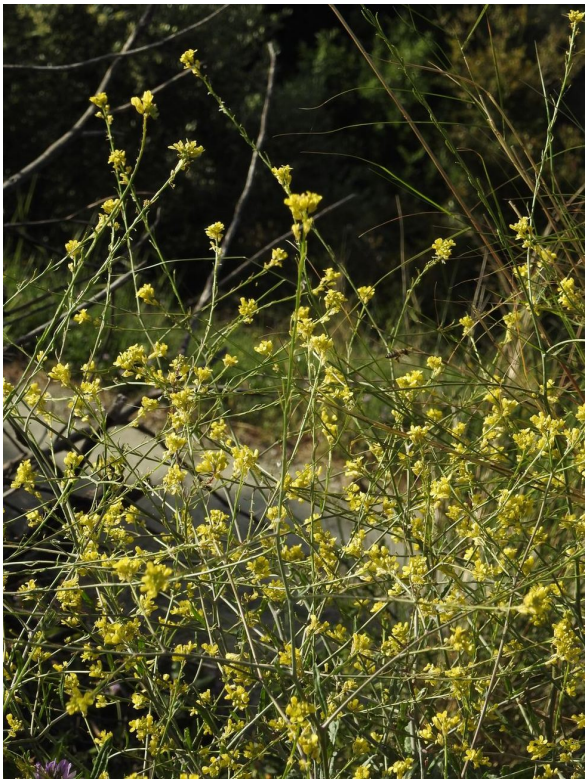
QUELLEN

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Hibiscus+trionum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Hibiscus+trionum
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px601

Grausenf — scharfe Winterblätter und kurze anliegende Schoten · Hirschfeldia incana

Hirschfeldia incana

In trockenen Gegenden Kaliforniens können Senfgewächse lange vor der beständigen Sommerwärme blühen.



Hirschfeldia incana mit rauen gelappten Grundblättern, gelben Kreuzblüten und kurzen dicht anliegenden Schoten

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Bei dieser Art stehen die unteren Blätter in einer Rosette. Später wächst ein verzweigter Stängel mit gelben Blüten; danach entwickeln sich kurze Schoten, die eng an der Blütenstandsachse anliegen.

Hirschfeldia incana, der Grausenf oder Mittelmeer-Senf, besitzt junge Blätter, die roh gegessen werden können. Sie schmecken deutlich scharf.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige oder kurzlebig ausdauernde krautige Pflanze, häufig etwa einen Meter hoch, manchmal größer.



Hirschfeldia incana mit rauen gelappten Grundblättern, gelben Kreuzblüten und kurzen dicht anliegenden Schoten

Lies Van Rompaey · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die unteren Blätter sind tief gelappt. Ihr großer Endlappen ist gewöhnlich breiter als die seitlichen Lappen.

Die Blattoberfläche fühlt sich rau an; Stängel und Blätter können kurze Haare tragen. Oben stehen kleinere, zunehmend fast ganzrandige Blätter.

Jede Blüte besitzt vier gelbe Kronblätter, wie für Kreuzblütler typisch.

An länglichen Blütenständen entstehen kurze längliche Schoten. Sie stehen häufig beinahe an die Achse gepresst.

Gerade diese Fruchtform hilft, den Grausenf von ähnlichen Arten mit langen abstehenden Schoten zu unterscheiden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora erfasst Hirschfeldia incana in zahlreichen kalifornischen Countys, darunter Sacramento, Placer und Yolo sowie Gebiete Südkaliforniens.

Die Art ist eingeschleppt und örtlich invasiv. Sie wächst an trockenen offenen Hängen, auf Weiden, Brachen und Straßenrändern.

An günstigen Stellen kann sie dichte Bestände bilden.

Gerade an auffälligen Straßenstandorten ist die Gefahr chemischer oder anderer Bodenverunreinigung besonders hoch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten Regenfällen erscheinen in milden Tälern junge Rosetten, häufig im Winter.

Die Blüte kann sich vom Frühjahr bis in den Sommer erstrecken, endet auf trockenen Flächen aber oft früh.

Mit zunehmendem Alter werden die Blätter gröber und bitterer.

Für den Rohverzehr eignen sich nur junge Blättchen während der kurzen Phase vor dem kräftigen Wachstum des Blütenstängels.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future beschreibt eine traditionelle Nutzung junger Pflanzen in Griechenland mit kaltem Öl und Zitronensaft und bestätigt ausdrücklich, dass die Blätter roh gegessen werden.

Sie besitzen einen kräftigen Senfgeschmack. Eine kleine Menge kann als scharfe Würze unter anderes Blattgrün gemischt werden.

Samen. Der artspezifische Führer nennt auch ihren Rohverzehr.

Sie lassen sich zerreiben und mit kaltem Wasser zu einer sehr scharfen Masse verarbeiten.

Das ist keine Empfehlung, ganze trockene Schoten zu essen oder große Mengen Samenpaste zuzubereiten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Brassica nigra bildet längere schmale Schoten, die anders als die kurzen Früchte von Hirschfeldia incana aussehen.

Brassica juncea unterscheidet sich durch eine andere Kombination von Blatt- und Schotenmerkmalen.

Gelbe Blüten sind unter den Kreuzblütlern außerordentlich ähnlich.

Zur sicheren Bestimmung sollte daher die Entwicklung der Schoten abgewartet werden.

An Pflanzen von Straßenrändern und ehemaligen Industrieflächen können Schadstoffe haften oder im Gewebe enthalten sein, ohne dass man dies an der Blattfarbe erkennt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4196
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hirschfeldia+incana
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=4196

Kahles Ferkelkraut — junge leicht bittere Blätter sandiger Wiesen · Hypochaeris glabra

Hypochaeris glabra

Nach kühlen Regenfällen steht auf niedrig gelegenen kalifornischen Wiesen gelegentlich eine kleine Rosette schmaler grüner Blätter.



Hypochaeris glabra mit glatten schmalen Rosettenblättern und verzweigten dünnen Schäften mit gelben Blütenköpfchen

Christian Fischer (Fice) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Später wächst darüber ein dünner verzweigter Stängel mit gelben Blütenköpfchen, die an kleine Löwenzahnblüten erinnern.

Das ist Hypochaeris glabra, das Kahle Ferkelkraut, eine aus Europa eingeführte Art.

Sehr junge Blätter können roh gegessen werden. Sie schmecken allerdings bitter und eignen sich eher als kleine Zugabe zu anderem Grün.



Hypochaeris glabra mit glatten schmalen Rosettenblättern und verzweigten dünnen Schäften mit gelben Blütenköpfchen

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, gewöhnlich zehn bis vierzig Zentimeter hoch.

Am Boden sitzt eine Rosette länglicher Blätter. Sie können nahezu ganzrandig sein oder kleine Zähne und Lappen besitzen.

Ihre Oberfläche ist glatter als bei der verwandten Art Hypochaeris radicata, auch wenn einzelne Haare vorkommen können.

Aus der Rosette wachsen ein oder mehrere dünne Blütenschäfte, die sich häufig verzweigen.

An den Zweigspitzen erscheinen gelbe Köpfchen mit zahlreichen Zungenblüten.

Nach der Blüte entwickeln sich Achänen mit weißen gefiederten Haarschöpfen.

In der Mitte des Blütenköpfchens sind kleine dünnhäutige Spreuschuppen erkennbar, die für diese Gattung charakteristisch sind.

Die Pflanze besitzt gewöhnlich eine dünne Pfahlwurzel.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet mehr als sechstausend Beobachtungen von Hypochaeris glabra in Kalifornien.

Die Art wächst an der Küste, in den zentralen Tälern, im Vorgebirge und an zahlreichen Waldrändern, besonders auf offenen sandigen oder gestörten Böden.

Der California Invasive Plant Council beschreibt sie als weit verbreitet in den meisten Teilen des Bundesstaates, mit Ausnahmen in einigen Wüstenregionen und im Great Basin.

Im Sacramento-Gebiet kann sie nach Regenfällen auf Wiesen und Brachen auftreten.

Pflanzen aus Rasenflächen oder von Straßenrändern können allerdings mit Herbiziden behandelt worden sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Rosetten beginnen mit den Herbst- und Winterregen zu wachsen.

In tieferen Lagen stehen zarte Blätter gewöhnlich im Winter und frühen Frühjahr zur Verfügung, solange die Stängel noch nicht stark verlängert sind.

Die Blüte findet vor allem im Frühjahr und frühen Sommer statt, an kühlen Standorten teilweise länger.

Nach der Reife der flugfähigen Samen und dem Austrocknen des Bodens vergilbt die Pflanze rasch.

Für den Rohverzehr zählt das weiche junge Blatt, nicht ein bestimmtes Kalenderdatum.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future führt die Art unter der synonymen Schreibweise Hypochoeris glabra und nennt ausdrücklich den Rohverzehr der Blätter.

Sie schmecken etwas bitter. Der Artenführer beschreibt die Pflanze eher als ergänzende wilde Nahrung denn als besonders zarten Salat.

Eine kleine Menge kann fein geschnitten und kalt unter anderes Grün gemischt werden.

Eine wissenschaftliche Untersuchung spanischer Nahrungspflanzen erwähnt außerdem rohe zarte Gallen, also besondere Wucherungen an Pflanzen dieser Art.

Da ihre Entstehung nicht eindeutig zugeordnet werden kann, werden für die praktische Ernte ausschließlich gewöhnliche junge Blätter empfohlen.

Wurzeln, alte Blütenschäfte und die flughaartragenden Samen gehören nicht zur Nahrung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Hypochaeris radicata bildet gewöhnlich eine mehrjährige Rosette mit raueren, stärker behaarten Blättern. Ihre Blütenschäfte und Köpfchen sind oft größer.

Der echte Löwenzahn Taraxacum officinale besitzt meist einen einzelnen hohlen, unverzweigten Blütenschaft. Ferkelkräuter können verzweigte Schäfte bilden.

Auch manche heimische Agoseris-Arten tragen gelbe Blütenköpfchen; ihre Hüllblätter und Samen unterscheiden sich.

Ein einziges gelbes Köpfchen erlaubt keine Artbestimmung. Die grundständige Rosette, die Blattoberfläche und die Blütenschäfte müssen gemeinsam geprüft werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4313
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Hypochoeris+glabra
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/hypochaeris-glabra-profile/

Gewöhnliches Ferkelkraut — behaarte Rosetten und gelbe Blüten · Hypochaeris radicata

Hypochaeris radicata

Auf kalifornischen Rasenflächen stehen gelegentlich niedrige Rosetten von Blättern, die an Löwenzahn erinnern, aber mit kurzen steifen Haaren bedeckt sind.



Hypochaeris radicata mit rau behaarter Rosette tief gelappter Blätter und verzweigten gelben Blütenköpfchen

Christian Fischer (Fice) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Später wachsen darüber verzweigte, fast blattlose Blütenschäfte mit gelben Blütenköpfchen.

Dies ist Hypochaeris radicata, das Gewöhnliche Ferkelkraut, auch als „Falscher Löwenzahn“ bekannt.

Seine jungen Blätter können in der kühlen Jahreszeit als rohes Salatgrün dienen. Nach der Sommerhitze sind sie gewöhnlich viel bitterer.



Hypochaeris radicata mit rau behaarter Rosette tief gelappter Blätter und verzweigten gelben Blütenköpfchen

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die ausdauernde Pflanze besitzt eine grundständige Blattrosette und eine verdickte Wurzel.

Die länglichen Blätter verjüngen sich zum Grund hin und sind häufig in tiefe unregelmäßige Lappen geteilt.

Ihre Oberfläche fühlt sich wegen einzelner Haare rau an. Besonders an regelmäßig gemähten Standorten liegen die Blätter dicht am Boden.

Mit Beginn der Blüte entstehen lange dünne Blütenschäfte, die kaum echte Laubblätter tragen.

Anders als beim Löwenzahn können sie sich deutlich verzweigen und mehr als ein gelbes Blütenköpfchen tragen.

Die Blüten bestehen aus Zungenblüten mit kleinen Zähnchen an den Spitzen.

Nach der Reife entstehen Samenfrüchte mit Flughaaren, die zusammen einen hellen flaumigen Kopf bilden.

Voll entwickelte Pflanzen können Blütenschäfte von einem halben Meter und mehr bilden, während die grüne Rosette niedrig bleibt.

Es ist hilfreich, dieselbe Pflanze vor und während der Blüte zu beobachten. Vor der Blüte sind die Unterschiede zwischen ähnlichen Arten viel schwerer zu erkennen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

UC IPM verzeichnet Hypochaeris radicata im Nordwesten Kaliforniens, in den nördlichen Ausläufern der Sierra Nevada, im Sacramento Valley, in West-Zentralkalifornien und entlang der südlichen Küste.

Die Art wächst auf Weiden, in Gärten, entlang von Wegen, auf Rasenflächen und auf anderen gestörten Böden.

Nach einem regenreichen Winter können zahlreiche Rosetten auftreten.

Auf trockenen stark betretenen Flächen bleiben die Blätter klein und grob.

Ist die Pflanze erst etabliert, übersteht sie Trockenheit verhältnismäßig gut. Weiches neues essbares Laub entwickelt sie aber eher dort, wo der Boden noch feucht ist.

Es handelt sich um eine eingeführte Pflanze, nicht um einen heimischen Waldstrauch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen können abhängig von Feuchtigkeit und Temperatur vom Herbst bis zum Frühjahr keimen.

Die weichsten Blätter entstehen gewöhnlich im Winter und frühen Frühjahr, besonders im Sacramento Valley.

Wenn die Blütenschäfte im Frühjahr länger werden, werden die alten Rosettenblätter häufig gröber.

Gelbe Blütenköpfchen erscheinen vom späten Frühjahr bis in den Sommer, auf feuchten Rasenflächen manchmal bis in den Herbst.

Die trockenen Samenstände können noch länger bestehen bleiben.

Die Blüte bietet eine gute Gelegenheit für die Artbestimmung, ist aber nicht unbedingt die beste Zeit, um rohe Blätter zu sammeln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt für diese Art ausdrücklich ihren Rohverzehr als Salatgrün während der kühlen Jahreszeit.

Junges Laub ist weicher und weniger bitter als das Blatt einer bereits blühenden Pflanze.

Man kann die Blätter zerreißen oder fein schneiden und ohne Erhitzen unter anderes Grün mischen, sollte aber keinen Geschmack wie bei gewöhnlichem Gartensalat erwarten.

Auch junge Blätter sind leicht behaart. Nicht jeder empfindet diese Textur als angenehm.

Nur die junge Entwicklungsphase. Im heißen trockenen Sommer können die Blätter sehr bitter und zu grob sein.

Blütenköpfchen und Wurzel werden hier nicht als eigenständig bestätigte rohe Nahrung geführt.

Allgemeine Rezepte für „wilden Löwenzahn“ dürfen nicht automatisch auf Hypochaeris radicata übertragen werden.

Für rohe Speisen kommt ausschließlich frisches sauberes Laub einer sicher bestimmten Pflanze infrage.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der echte Löwenzahn Taraxacum officinale besitzt gewöhnlich einen einzigen Blütenkopf auf jedem hohlen unverzweigten Blütenschaft.

Beim Gewöhnlichen Ferkelkraut verzweigt sich der Schaft häufig. Außerdem sind seine Blätter meist deutlich stärker behaart.

Auch manche Leontodon-, Crepis- und andere Korbblütler-Arten sehen ähnlich aus.

Eine einzelne Rosette reicht deshalb nicht für eine sichere Bestimmung.

Weißer Milchsaft, gelbe Blüten und tief geteilte Blätter kommen bei verschiedenen Arten vor; sie ersetzen nicht die genaue Artbestimmung.

Auf herbizidbehandelten Feldern und städtischen Rasenflächen können Pflanzen chemisch belastet sein.

QUELLEN

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/common-catsear/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hypochoeris+radicata
- Plantarium, Hypochaeris radicata: https://www.plantarium.ru/page/view/item/20544/part/0.html

Hinds-Schwarznuss — rohe Nusskerne aus kalifornischen Auwäldern · Juglans hindsii

Juglans hindsii

In der Nähe alter Auwälder und an manchen Straßen von Sacramento wachsen große sommergrüne Bäume mit langen gefiederten Blättern.



Juglans hindsii mit langen gefiederten Blättern, tief gefurchter Rinde und runden grünen bis dunklen Walnussfrüchten

antrozousamelia (Amelia Tauber) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Im Herbst liegen unter ihnen runde grüne oder bereits schwarz gewordene Früchte, in denen sehr hartschalige Nüsse verborgen sind.

Dies ist Juglans hindsii, die Nordkalifornische Schwarznuss oder Hinds-Walnuss.

Ihr heller Nusskern ist roh essbar und besitzt einen kräftigen nussigen Geschmack.



Juglans hindsii mit langen gefiederten Blättern, tief gefurchter Rinde und runden grünen bis dunklen Walnussfrüchten

dankillam (Dan Killam) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

In Kalifornien wurde diese Art jedoch häufig angepflanzt und mit anderen Walnüssen gekreuzt. Einen reinen wilden Baum anhand einer einzelnen Frucht sicher zu bestimmen, ist oft unmöglich. Die wenigen erhaltenen ursprünglichen natürlichen Populationen verdienen besonderen Schutz.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum mit meist einem großen Stamm und breiter Krone. Unter günstigen Bedingungen wird er fünfzehn bis zwanzig Meter hoch.

Bei älteren Bäumen ist die dunkelgraue Rinde tief gefurcht.

Die wechselständigen gefiederten Blätter bestehen häufig aus elf bis neunzehn länglichen, am Rand gezähnten Fiederblättchen.

Beim Zerreiben besitzt ein Blatt einen starken typischen Walnussgeruch. Unbekannte Blätter werden jedoch nicht zum Bestimmen gekostet.

Im Frühjahr hängen lange männliche Blütenkätzchen von den Zweigen; kleine weibliche Blüten sitzen an den Enden junger Triebe.

Später entstehen runde Früchte mit einer dicken grünen fleischigen Außenhülle.

Während der Reife wird diese Hülle dunkel, weicher und färbt die Haut stark.

Unter ihr liegt eine fast kugelige harte, deutlich gefurchte Schale mit inneren Trennwänden.

Der unregelmäßig geformte essbare Kern befindet sich in mehreren Kammern.

Von außen erinnert die Frucht stärker an eine grüne Kugel als an die geschälte Walnuss aus dem Handel.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Juglans hindsii als kalifornischen Endemiten mit Beobachtungen in Sacramento, Yolo, Butte, Solano, Colusa und weiteren Countys.

Das historische Verbreitungsgebiet ist an Auen und Flusswälder Nordkaliforniens gebunden.

Die meisten heutigen Beobachtungen belegen jedoch keine genetisch reine heimische Population.

Der Baum wurde vielfach als Unterlage kultivierter Walnüsse verwendet und unter anderem mit Juglans regia und Juglans major gekreuzt.

Kalifornische Naturschutzunterlagen betonen die Seltenheit bestimmter verbliebener ursprünglicher Bestände und die Schwierigkeit, Hybriden zu unterscheiden.

Ein schwarznussähnlicher Baum am Sacramento River ist deshalb nicht automatisch eine seltene reine Wildpopulation.

Das Sammeln bereits abgefallener Nüsse von einem eindeutig kultivierten Baum an einem erlaubten Standort und der Schutz eines seltenen natürlichen Auwaldbestands sind zwei sehr unterschiedliche Situationen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen nach dem Knospenaufbruch die Kätzchen und jungen gefiederten Blätter.

Die grünen runden Früchte wachsen während des ganzen Sommers. Gegen Herbst beginnt ihre äußere Hülle dunkel zu werden und manchmal aufzureißen.

Das California Department of Fish and Wildlife beschreibt die Reifezeit der Nüsse im Herbst.

Je nach Standort und Wetter fallen die Früchte meist zwischen September und November zu Boden.

Eine noch feste grüne Hülle kann eine nicht vollständig gereifte Nuss enthalten.

Für rohe Nahrung benötigt man eine ganz reife hartschalige Nuss mit einem unbeschädigten hellen Kern.

Früchte, die wochenlang auf nassem Boden lagen, können verschimmelt sein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Der Kern einer vollständig reifen Nuss. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Juglans hindsii.

Der Kern hat einen kräftigen charakteristischen Schwarznussgeschmack, etwas intensiver als der einer kultivierten Juglans regia.

Zuerst wird die äußere grüne oder schwarz gewordene fleischige Fruchthülle entfernt. Dabei muss man sich vor dem stark färbenden Saft schützen.

Anschließend wird die sehr harte verholzte Schale mit einem geeigneten Werkzeug aufgebrochen und der helle Kern stückweise herausgenommen.

Weder die äußere Fruchthülle noch die harte Schale werden gegessen.

Den rohen Kern kann man sofort und ohne Feuer verzehren.

Frische und Lagerung. Die ölreichen Kerne werden besonders bei warmer Lagerung in geschältem Zustand ranzig.

Ein muffiger Geruch, Verfärbungen und Schimmel schließen ihren Verzehr aus.

Nüsse von schmutzigen Straßenrändern oder chemisch behandelten Bäumen eignen sich ebenfalls nicht.

Seltene natürliche Bäume dürfen nicht für Nahrung abgeerntet werden. Auch Grabungen unter ihnen und Beschädigungen der Wurzeln sind zu vermeiden.

Blätter, Rinde und die grüne äußere Fruchthülle werden hier nicht als rohe Nahrung empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die kultivierte Echte Walnuss Juglans regia besitzt häufig weniger, aber größere Fiederblättchen sowie eine glattere Nussschale.

Juglans californica, die Südkalifornische Schwarznuss, bleibt gewöhnlich kleiner und besitzt ein anderes natürliches Verbreitungsgebiet.

Juglans major und zahlreiche Hybriden können Juglans hindsii stark ähneln.

Ohne genaue botanische und gelegentlich genetische Untersuchung ist die Abstammung eines Baums nicht immer feststellbar.

Deshalb darf nicht jeder schwarznussartige Baum mit runden Früchten automatisch als Hinds-Walnuss bezeichnet werden.

Für die Nahrung ohne Feuer ist zudem entscheidend, den reifen rohen Kern nicht mit reizenden oder schädlichen Außenbestandteilen zu verwechseln und alle Sammelregeln einzuhalten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8943
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Juglans+hindsii
- https://nrm.dfg.ca.gov/FileHandler.ashx?DocumentID=115808
- https://explorer.natureserve.org/Taxon/ELEMENT_GLOBAL.2.160550/Juglans_hindsii

Kalifornischer Wacholder — blaue fleischige Zapfen in Wüstengehölzen · Juniperus californica

Juniperus californica

In den trockenen Vorgebirgen Südkaliforniens stehen gelegentlich niedrige, breit ausladende kleine Bäume mit mehreren krummen Stämmen und graugrüner Krone.



Juniperus californica als ausladender mehrstämmiger Nadelbaum mit schuppenförmigen Blättern und blau bereiften Zapfenbeeren

David McSpadden · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

An weiblichen Pflanzen werden gegen Ende der Reife bläulich bereifte rundliche Zapfenbeeren sichtbar.

Dies sind keine echten Beeren, sondern fleischige Zapfen. Eine historische Beschreibung aus dem Antelope Valley berichtet, dass die weiche äußere Fruchtmasse ohne Erhitzen gegessen wurde.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Kalifornische Wacholder ist ein immergrüner Nadelbaum oder großer Strauch.



Juniperus californica als ausladender mehrstämmiger Nadelbaum mit schuppenförmigen Blättern und blau bereiften Zapfenbeeren

Thayne Tuason · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Häufig entwickelt er mehrere Stämme, die sich schon in Bodennähe voneinander entfernen.

Die graubraune Rinde ist faserig und teilweise rissig. Die Zweige bilden eine unregelmäßige ausladende Krone.

Die erwachsenen Blätter sehen nicht wie breite Strauchblätter aus. Es sind winzige Schuppen, die eng an dünnen Zweigen anliegen.

Dadurch wirkt die Krone graugrün und sehr fein strukturiert.

An weiblichen Pflanzen reifen runde fleischige, bläulich bereifte Zapfenbeeren. Je nach Reifegrad können sie grünlich, graublau oder dunkelblau erscheinen.

Im Inneren liegen harte Samen, außen eine weiche fleischige Schicht.

Auf einem Zweig können gleichzeitig Zapfenbeeren aus unterschiedlichen Jahren zu sehen sein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Juniperus californica wächst in trockenen Regionen Kaliforniens und benachbarter Gebiete, besonders zwischen Chaparral, Wüstensträuchern und in Wacholder-Kiefern-Gehölzen Südkaliforniens.

Die Art ist an Hängen des Antelope Valley, in der Gegend von Joshua Tree, auf steinigen Ebenen und in anderen Gebieten mit wenig Wasser für hohe Bäume zu finden.

In geeigneten lichten Gehölzen kann sie häufig sein und ganze Pflanzengemeinschaften mitprägen.

In feuchten Redwood-Wäldern der Nordküste ist sie dagegen kein massenhaft vorkommender Baum.

Auch dort, wo viele Wacholder wachsen, trägt nicht jeder zahlreiche Zapfenbeeren.

Auf dem Rare Juniper Trail im Arthur B. Ripley State Park wird beschrieben, dass manche weiblichen Bäume besonders reich fruchten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Das winzige schuppenförmige Grün bleibt das ganze Jahr an den Zweigen.

Die Zapfenbeeren entwickeln sich viel langsamer und können über mehr als eine Saison am Baum hängen.

Nach einer Beschreibung der California State Parks beginnt die Entwicklung des neuen Fruchtansatzes im Frühjahr. Reife Zapfenbeeren wurden im August gesammelt.

Grüne, bereifte und vollständig reife Zapfen können gleichzeitig vorhanden sein.

Die bläuliche Bereifung allein bestätigt aber weder die Art noch den geeigneten Reifegrad.

Es handelt sich nicht um eine gewöhnliche Strauchbeere, die kurz nach einer Frühjahrsblüte reift, sondern um einen fleischigen Zapfen eines Nadelbaums.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Weiche Fruchtmasse reifer Zapfenbeeren.

Die Beschreibung des Rare Juniper Trail berichtet, dass indigene Gemeinschaften der Wüstenregionen reife Zapfenbeeren des Kalifornischen Wacholders sammelten, zerdrückten und die weiche äußere Schicht von den festen inneren Samen trennten.

Diese äußere Fruchtmasse wurde nach Entfernung der harten Samen roh gegessen.

Man muss den fleischigen Anteil klar von den steinartigen Samen unterscheiden. Der historische Bericht beschreibt nicht den Verzehr eines ganzen Zapfens.

Natürlich getrocknete Vorräte. Ein Teil der Fruchtmasse wurde getrocknet, zerkleinert und aufbewahrt.

In historischen Berichten wurden solche Vorräte später auf verschiedene Weise zubereitet. Methoden mit Erhitzen gehören nicht zu diesem Artikel.

Die getrocknete essbare Fruchtmasse kann außerhalb der Augusternte verfügbar bleiben.

Andere Juniperus-Arten können sich deutlich in ihren Inhaltsstoffen und ihrer Eignung als Nahrung unterscheiden.

Nicht jede aromatische blaue Zapfenbeere auf einem Nadelbaum darf deshalb wie diese artspezifisch dokumentierte Nahrung behandelt werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Kalifornische Wacholder besitzt schuppenförmige erwachsene Blätter, faserige Rinde, eine ausladende oft mehrstämmige Wuchsform und blau bereifte fleischige Zapfen.

Andere Wacholder können sich in Blattform, Anordnung der Zapfenbeeren und Verbreitungsgebiet unterscheiden.

In Städten und Parks wachsen verschiedene Zierarten, von denen sich nicht alle für den innerlichen Verzehr eignen.

Für diese Beschreibung ist ausschließlich Juniperus californica maßgeblich, nicht die ungenaue Bezeichnung „Wacholder“.

Anhand einer einzigen bereiften Zapfenbeere ohne Blätter und Wuchsform des Baums ist die sichere Bestimmung nicht möglich.

Auch die weiche äußere Fruchtmasse sollte nicht zu einer großen täglichen Hauptnahrung werden. Das historische Zeugnis beschreibt einen bestimmten Sammel- und Verwendungsweg an einem bestimmten Standort, keine allgemeine Freigabe aller Wacholder.

QUELLEN

- California State Parks, Rare Juniper Trail, Station 10: https://parks.ca.gov/?page_id=30549
- USDA Forest Service, Juniperus californica: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/juncal
- Calflora, Juniperus californica: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4531

Kanadischer Lattich — zarte junge Blätter einer hohen Wildsalatpflanze · Lactuca canadensis

Lactuca canadensis

An einem kühlen feuchten Waldrand kann ein hoher aufrechter Lattich mit langen gezähnten Blättern und zahlreichen kleinen gelben Blütenköpfchen wachsen.



Lactuca canadensis mit länglichen gezähnten Blättern, hohem verzweigtem Stängel und vielen kleinen gelben Blütenköpfchen

Frank Mayfield (gmayfield10) · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Bevor sich sein Stängel im Frühjahr verlängert, sind die Blätter vergleichsweise weich und erinnern geschmacklich an leicht bitteren Salat.

Das ist Lactuca canadensis, der Kanadische Lattich, eine aus dem Osten Nordamerikas stammende Pflanze, die in Kalifornien nur sehr selten dokumentiert wurde.

Für Nahrung ohne Feuer ist ausschließlich das junge zarte Grün geeignet.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein hoher einjähriger oder kurzlebig ausdauernder Vertreter der Korbblütler, gewöhnlich fünfzig Zentimeter bis zwei Meter hoch.

Junge Pflanzen bilden eine Rosette großer länglicher Blätter, teils mit tiefen seitlichen Lappen, spitzen Zähnen und einem großen Endlappen.

Später richtet sich ein hoher Stängel auf, der sich im oberen Bereich verzweigt.

Beim Brechen von Pflanzenteilen tritt weißer Milchsaft aus.

Die oberen Blätter werden häufig kleiner, schmaler und beinahe ganzrandig.

Zahlreiche kleine gelbe Blütenköpfchen aus Zungenblüten sitzen in verzweigten Blütenständen.

Nach der Blüte entstehen schmale flache Samenfrüchte mit weißen Flughaarschöpfen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Lactuca canadensis als eingeführte Art Kaliforniens mit ungefähr fünfzehn Beobachtungen.

Es handelt sich weder um einen typischen Chaparral-Strauch noch um ein gewöhnliches Unkraut des Central Valley.

Einzelne Exemplare können an feuchten gestörten Standorten, Waldrändern und bei Siedlungen wachsen, vor allem dort, wo während des Sommers Feuchtigkeit erhalten bleibt.

Andere hohe Latticharten, die ähnlich aussehen, sind in Kalifornien erheblich verbreiteter.

Ein hoher gelb blühender Lattich darf deshalb ohne genaue botanische Merkmale nicht als Lactuca canadensis bezeichnet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Zarte Rosetten entwickeln sich bei kühlem feuchtem Wetter, gewöhnlich im Frühjahr.

In mildem Klima können neue junge Blätter auch nach Winterregen erscheinen.

Gegen Ende des Frühjahrs beginnt der Stängel sich stark zu strecken.

Im Sommer öffnen sich zahlreiche kleine gelbe Blüten und es bilden sich flughaartragende Samenfrüchte. Gleichzeitig werden die Blätter bitter und grob.

Für eine kalte Mahlzeit eignet sich deshalb nur die frühe Rosette vor der Verlängerung des Blütenstängels.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt gesondert den Rohverzehr von Lactuca-canadensis-Blättern.

Zarte grundständige Blätter können mit sauberem Trinkwasser gewaschen, fein geschnitten und kalt mit anderem Grün gemischt werden.

Ihr Geschmack ist mild bis deutlich bitter, meist bitterer als bei kultiviertem Salat.

Große Mengen ausgewachsener Blätter sind ungeeignet. Mit dem Alter steigt die Bitterkeit und es tritt mehr Milchsaft auf.

Der Milchsaft wird nicht gesondert gesammelt oder gegessen.

Harte Stängel, Wurzeln, Blüten und Samen gehören nicht zu den artspezifisch bestätigten rohen Nahrungsteilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lactuca serriola trägt häufig eine auffällige Reihe kleiner Stacheln auf der Unterseite der Blattmittelrippe. Auch die Stellung, mit der die Blätter den Stängel umfassen, unterscheidet sich.

Lactuca saligna besitzt schmale, beinahe linealische Stängelblätter.

Sonchus oleraceus enthält ebenfalls weißen Milchsaft, weist jedoch häufig größere Blütenköpfchen und anders gebaute Samenfrüchte auf.

Zur zuverlässigen Bestimmung des Kanadischen Lattichs sind Blätter in verschiedenen Höhen, ein ausgewachsener Blütenstand und die Früchte nötig.

Eine frühe Rosette darf nicht probiert werden, bevor ihre Art sicher feststeht.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4547
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lactuca+canadensis
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Lactuca+canadensis

Gartensalat — zarte rohe Blätter seltener verwilderter Pflanzen · Lactuca sativa

Lactuca sativa

In einem kühlen kalifornischen Gemüsegarten stehen im Frühjahr häufig große lockere Rosetten aus zarten grünen, bronzefarbenen oder rötlichen Blättern.



Lactuca sativa mit weicher grüner bis rötlicher Salatrosette und bei Blüte hohem Stängel mit kleinen gelben Köpfchen

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Lässt man die Pflanzen weiterwachsen, steigt aus ihrer Mitte rasch ein hoher verzweigter Stängel mit zahlreichen kleinen gelben Blütenköpfchen auf.

Das ist Lactuca sativa, der gewöhnliche Gartensalat.

Er gehört zu den verbreiteten Gemüsepflanzen, kommt außerhalb der Kultur in Kalifornien aber nur sehr selten aus Selbstaussaat vor.



Lactuca sativa mit weicher grüner bis rötlicher Salatrosette und bei Blüte hohem Stängel mit kleinen gelben Köpfchen

Rasbak · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Seine weichen Blätter können nach dem Reinigen direkt roh gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges oder zweijähriges Kraut, das vor der Blüte gewöhnlich eine niedrige Rosette von etwa zehn bis fünfunddreißig Zentimetern Höhe bildet.

Die breiten saftigen Blätter sind je nach Sorte glatt, kraus oder stark gezähnt.

Ihre Farbe reicht von Grün bis Rotbraun; in der Mitte verläuft eine deutliche Mittelader.

Wenn der Blütenschaft aufsteigt, wird der Stängel aufrecht und kann einen Meter oder mehr erreichen.

Die oberen Blätter werden kleiner und umfassen den Stängel teilweise.

Beim Verletzen tritt weißer Milchsaft aus.

Die kleinen gelben Blütenköpfchen bestehen aus einigen Zungenblüten und stehen in lockeren verzweigten Blütenständen.

Nach der Blüte entstehen kleine flache Samenfrüchte mit weißen Flughaarschöpfen, die der Wind verbreitet.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Lactuca sativa als nicht heimische Kulturpflanze und verzeichnet nur vereinzelte Funde außerhalb des Anbaus, ungefähr fünfzehn Beobachtungen.

Selbstaussaat ist bei ehemaligen Gemüsebeeten, Kompoststellen und bewässerten Flächen möglich, gelegentlich auch an gestörten Wasserläufen.

In natürlichen Wäldern oder Wüsten Kaliforniens entstehen daraus jedoch keine großen Wildpopulationen.

Rund um Sacramento lässt sich Gartensalat während der kühlen Jahreszeit gut anbauen.

An fremden Beeten gehört die Ernte allerdings dem Eigentümer. Unbekannte Jungpflanzen aus verschmutztem Kompost eignen sich nicht zur Rohkosternte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Blätter sind bei mäßiger Temperatur besonders saftig.

In kalifornischen Tälern wachsen sie vor allem im späten Herbst, Winter und Frühjahr. An der Küste können auch kühle Sommermonate geeignet sein.

Mit zunehmender Hitze und längeren Tagen beginnt die Pflanze rasch zu schossen. Die Blätter werden dann bitter und grob.

Die kleinen gelben Blütenköpfchen erscheinen häufig im Sommer. Anschließend reifen die leichten Samenfrüchte.

Blüht eine verwilderte Pflanze bereits, ist sie meist keine gute Quelle angenehm schmeckenden rohen Blattgrüns mehr.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bezeichnet Gartensalat ausdrücklich als roh essbares Blattgemüse.

Die zarten Blättchen können mit sauberem Trinkwasser gewaschen, abgeschüttelt und einzeln gegessen oder in Stücke gerissen und mit anderem Grün kalt gemischt werden.

Ihr Geschmack ist mild, mitunter leicht süßlich. Rotblättrige Sorten schmecken manchmal etwas bitterer.

Ältere Pflanzen bilden mehr bitteren Milchsaft. Ihr grobes Laub sollte stehen bleiben.

Samen und ihre Keimlinge werden zwar gelegentlich als Nahrung verwendet, doch für eine rohe Ernte unter Wildbedingungen ist die mikrobiologische Sicherheit nicht gesondert bestätigt.

Sie gehören daher nicht zur Empfehlung dieses Artikels. Wurzeln und Blütenschäfte werden ebenfalls nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lactuca serriola, ein häufiger wilder Verwandter, trägt oft kleine Stacheln an der Unterseite der Blattmittelrippe. Seine Blätter stehen häufig beinahe senkrecht.

Gartensalat ist gewöhnlich weicher und bildet eine deutliche kultivierte Rosette.

Lactuca canadensis kann ebenfalls hoch werden, unterscheidet sich aber in Stängelblättern und kleinen Blütenköpfchen.

Auch Sonchus-Arten besitzen weißen Milchsaft, doch ihre Blätter und Blütenköpfchen sind anders gebaut.

Eine einzelne junge Rosette nahe einem Garten beweist daher noch nicht, dass es sich um Kultursalat handelt. Zur Bestimmung sollten auch die Merkmale einer ausgewachsenen Pflanze bekannt sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10034

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Lactuca+sativa

Kompass-Lattich — stachelige Mittelrippe und junge bittere Blätter · Lactuca serriola

Lactuca serriola

In kalifornischen Gemüsegärten und an Straßen wachsen im Sommer hohe grüne Pflanzen mit tief eingeschnittenen Blättern. Hebt man ein Blatt vorsichtig an, erkennt man an der Unterseite der Mittelrippe eine Reihe kurzer harter Stacheln. Später entwickeln sich oben verzweigte Blütenstände mit zahlreichen kleinen gelblichen Blütenköpfchen.



Lactuca serriola mit tief gelappten, oft senkrecht stehenden Blättern und kurzen Stacheln entlang der unteren Mittelrippe

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Das ist Lactuca serriola, der Kompass-Lattich, ein eingeschleppter Verwandter des Gartensalats. Junge Blätter können roh gegessen werden. Mit zunehmendem Wachstum werden sie jedoch bitterer und stacheliger. Der weiße Milchsaft ist für sich genommen keine Nahrung.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die einjährige oder zweijährige Pflanze bildet zunächst eine grundständige Blattrosette.

Die länglichen Blätter sind bei vielen Exemplaren tief in seitliche Lappen eingeschnitten; bei anderen bleiben sie nahezu ganzrandig. Oft stehen sie fast senkrecht, ähnlich Kompassnadeln. Dieses Merkmal ist jedoch nicht bei jeder Pflanze ausgeprägt.



Lactuca serriola mit tief gelappten, oft senkrecht stehenden Blättern und kurzen Stacheln entlang der unteren Mittelrippe

Stilfehler · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

An der Unterseite der Mittelrippe befinden sich gewöhnlich kleine stachelige Borsten. Auch die Blattränder können sich hart anfühlen.

Mit Beginn der Blüte wächst ein hoher aufrechter Stängel, häufig höher als ein Mensch. Im oberen Bereich verzweigt er sich. Die weiter oben stehenden Blätter sind kleiner und umfassen mit ihrer Basis den Stängel teilweise.

Bei Beschädigung tritt weißer Milchsaft aus. Zahlreiche kleine hellgelbe Blütenköpfchen folgen aufeinander; später bilden sich Achänen mit hellen Flughaarschöpfen.

Für die Bestimmung sind die gesamte Entwicklung von der weichen Rosette bis zum hohen verzweigten Blütenstand und besonders die stachelige untere Mittelrippe wichtig.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet mehr als fünftausend Beobachtungen von Lactuca serriola in Kalifornien, unter anderem in Sacramento, Yolo, Placer und El Dorado County.

Der Kompass-Lattich gehört zu den verbreiteten Unkräutern gestörter Böden. Er wächst an Feldrändern, auf Baustellen, Brachen und Straßenböschungen.

Im Central Valley sind seine hohen Sommerstängel nach dem Frühlingswachstum besonders auffällig. Eine hohe erwachsene Pflanze liefert aber nicht unbedingt geeignetes rohes Blattgrün: Das Laub ist dann hart und enthält mehr Milchsaft. An Straßen kommt die Gefahr von Schadstoffen hinzu.

Ein geeigneter Standort für Nahrung muss sauber und frei von chemischer Behandlung sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Auf kühlem feuchtem Boden entwickeln sich junge Rosetten nach den Herbstregen und zu Beginn des Frühjahrs. Vor dem Strecken des Stängels sind ihre Blätter weicher und weniger bitter.

Zum späten Frühjahr wächst die Pflanze rasch in die Höhe. Vom Sommer bis zum frühen Herbst erscheinen die kleinen Blütenköpfchen, anschließend die flugfähigen Samen.

Während trockener Sommer werden die Blätter blühender Exemplare grob.

Neue Keimlinge im Herbst können eine weitere junge Generation bilden. Die alte vertrocknete Pflanze verwandelt sich dadurch jedoch nicht wieder in einen brauchbaren Salat.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur junge zarte Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr und nennt besonders die weicheren jungen Blätter als geeignetes Salatgrün.

Einige saubere Blättchen können fein zerrissen und unter anderes kaltes Grün gemischt werden. Ausgewachsene Blätter schmecken erheblich bitterer und werden stachelig. Die allgemeine Bezeichnung „essbar“ bedeutet daher nicht, dass spätes grobes Laub als Mahlzeit angenehm oder empfehlenswert wäre.

Der Milchsaft ist keine Nahrung. Historisch wurde konzentrierter getrockneter Latex zu medizinischen Zwecken verwendet. Das ist nicht mit dem Verzehr junger Blätter gleichzusetzen. Sammeln und Schlucken von eingedicktem Milchsaft wird hier ausdrücklich nicht empfohlen.

Junge Sprosse werden in der artspezifischen Quelle überwiegend nach dem Garen beschrieben, ebenso erfordert Samenöl eine besondere Verarbeitung. Sie gehören nicht zu den bestätigten Rohkostteilen dieses Artikels.

Große Mengen können die Verdauung reizen. Bei einer Allergie gegen Korbblütler kann der rohe Verzehr ebenfalls ungeeignet sein.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lactuca virosa und andere Wildlattiche besitzen ebenfalls Milchsaft, unterscheiden sich aber in den Blatt- und Blütenmerkmalen. Angaben zu essbaren Teilen einer Art dürfen nicht automatisch übertragen werden.

Sonchus oleraceus und Sonchus asper tragen ebenfalls gelbe Köpfchen und weißen Milchsaft, besitzen jedoch andere Blätter und anders gebaute Blattbasen.

Im frühen Stadium kann der Kompass-Lattich einem Löwenzahn ähneln. Für die sichere Bestimmung betrachtet man die Dornen entlang der Mittelrippe, die Blattform, den Stängel und die erwachsenen Blütenstände.

Weder bitterer Geschmack noch Milchsaft sind eine geeignete Methode, eine unbekannte Pflanze zu bestimmen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4550
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=4550
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lactuca+serriola

Stängelumfassende Taubnessel — junge Blätter und rosa Blüten · Lamium amplexicaule

Lamium amplexicaule

Nach kühlen Herbstregen erscheinen in kalifornischen Gärten niedrige Pflanzen mit weichen rundlichen Blättern. Im Frühjahr öffnen sich in den Achseln der oberen Blätter kleine rosa bis purpurfarbene Blüten, die wie winzige zweilippige Glocken aussehen.



Lamium amplexicaule mit vierkantigem Stängel, stängelumfassenden rundlichen Blättern und kleinen rosa Lippenblüten

Agvania~commonswiki · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Lamium amplexicaule, die Stängelumfassende Taubnessel. Sie brennt nicht auf der Haut, obwohl ihr Name an die Brennnessel erinnert. Sowohl ihre zarten Blätter als auch die geöffneten Blüten sind als Nahrung ohne Erhitzen bestätigt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Das einjährige Kraut wird gewöhnlich wenige bis etwa dreißig Zentimeter hoch. Der Stängel ist vierkantig und im unteren Abschnitt oft rötlich.

Die Blätter stehen gegenständig, jeweils paarweise an einem Knoten. Die unteren Blätter haben Stiele, sind rundlich, mit flach gerundeten Zähnen und weichen Haaren.



Lamium amplexicaule mit vierkantigem Stängel, stängelumfassenden rundlichen Blättern und kleinen rosa Lippenblüten

TeunSpaans · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Weiter oben besitzen die Blätter fast keine Stiele. Ihre breite Basis umfasst den Stängel. Daher stammt die Bezeichnung amplexicaule, „stängelumfassend“.

In den Achseln der oberen Blätter stehen die Blüten in scheinbaren Quirlen. Die röhrenförmigen Kronen sind rosa oder purpurfarben. Ihre Oberlippe ist wie ein kleiner Helm gewölbt; die Unterlippe öffnet sich nach vorn.

Gelegentlich entstehen sehr kleine geschlossene Blüten, die sich selbst bestäuben können. Die Früchte zerfallen in vier kleine trockene Teilfrüchte.

Eine einzige rundblättrige Winterrosette reicht zur Bestimmung nicht aus. Obere Blätter, vierkantiger Stängel und typische Lippenblüten müssen zusammenpassen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Lamium amplexicaule als eingeführtes einjähriges Kraut gestörter kalifornischer Böden.

Die Art kann kleine Teppiche auf bewässerten Rasenflächen, in alten Gemüsegärten, auf Brachen, an Wegen und Feldrändern bilden.

In Sacramento ist sie vor allem in der kühlen feuchten Jahreszeit sichtbar. Auf einem trockenen sonnigen Sommerstandort verschwindet sie rasch.

Es handelt sich weder um einen Strauch noch um eine dauerhaft grüne Staude. Jede Generation beendet ihren Lebenszyklus und hinterlässt Samen für die nächste Regenperiode.

Auf nährstoffreichen bewässerten Gartenböden können Gruppen entstehen. Chemisch behandelte Rasenflächen eignen sich nicht zum Sammeln.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Exemplare erscheinen nach ausreichender Feuchtigkeit im Herbst. Die größte Menge grüner Blätter ist im Central Valley gewöhnlich im Winter und frühen Frühjahr vorhanden.

Vom späten Winter bis ungefähr Mai öffnen sich rosa Blüten; an milden feuchten Standorten kann die Blüte länger dauern.

Bei Hitze werden die Blätter gröber und die Pflanzen trocknen aus.

Für rohe Nahrung sind besonders junge Blätter vor der vollen Blüte und einzelne geöffnete Blüten an frischen Trieben interessant.

Die trockenen Überreste im Sommer sind keine neue essbare Nahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Lamium amplexicaule.

Sie sind weich und schmecken mild krautig, leicht würzig. Man kann sie klein zupfen und mit anderem sauberem Blattgrün mischen.

Junge Blätter sind angenehmer als ältere, deren stärkere Behaarung und festeres Gewebe größere Portionen unattraktiv machen.

Geöffnete Blüten. Auch sie werden in der artspezifischen Quelle ausdrücklich als roh essbar genannt.

Ihre kleinen zarten Kronen können einer kalten Mischung eine leichte Süße geben. Sie sollten aber nicht von einer unbekannten Pflanze abgenommen werden: Gerade die Verbindung von Blattform und Blüte ermöglicht die sichere Artbestimmung.

Stängel, Wurzeln und reife Samen gelten hier nicht als gesondert bestätigte Nahrungsteile.

Blätter am Gehwegrand und Pflanzen nach chemischer Behandlung eignen sich nicht zum Rohverzehr.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lamium purpureum besitzt auch oben gestielte Blätter, die oft dreieckig und purpurfarben sind. Bei Lamium amplexicaule sitzen die oberen rundlichen Blätter dagegen beinahe ohne Stiel und umfassen den Stängel.

Echte Brennnesseln der Gattung Urtica besitzen Brennhaare und ganz andere kleine grünliche Blütenstände.

Viele Lippenblütler haben vierkantige Stängel. Dieses einzelne Merkmal genügt nicht zur Bestimmung.

Die Pflanze darf nicht erst zum Geschmacksvergleich probiert werden, sondern muss zuvor vollständig erkannt sein.

Kleine weiche Blätter halten besonders in Rasenflächen leicht Schmutz, Düngereste und Spuren von Tieren fest.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4561
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lamium+amplexicaule

Purpurrote Taubnessel — zarte Blätter unter violetten Triebspitzen · Lamium purpureum

Lamium purpureum

Auf einem feuchten kalifornischen Rasen kann ein niedriges Kraut wachsen, dessen Triebspitzen lila und purpurfarben gefärbt sind. Zwischen kleinen Blättern öffnen sich röhrenförmige rosa Blüten.



Lamium purpureum mit gegenständigen gestielten Blättern, purpurfarbenen oberen Blättern und rosa Lippenblüten

Arthur Badel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Lamium purpureum, die Purpurrote Taubnessel, eine Verwandte der Stängelumfassenden Taubnessel. Ihre jungen Blätter werden roh gegessen.

Doch nicht jedes purpurfarbene Wildkraut darf so benannt werden. In Kalifornien tritt diese Art deutlich ungleichmäßiger auf als manche häufigen Winterkräuter.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Gewöhnlich ein einjähriges Kraut bis ungefähr dreißig Zentimeter Höhe, mit weichem vierkantigem Stängel.



Lamium purpureum mit gegenständigen gestielten Blättern, purpurfarbenen oberen Blättern und rosa Lippenblüten

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Blätter stehen gegenständig in Paaren. Untere Blätter sind rundlich bis herzförmig und besitzen grobe abgerundete Zähne.

Sie sitzen an längeren Blattstielen und erinnern an kleine Minzblätter.

Weiter oben werden die Blätter kleiner, dichter und sind häufig purpurfarben.

Anders als bei Lamium amplexicaule bleiben ihre Blattstiele erhalten: Die oberen Blätter umfassen den Stängel nicht mit breiten sitzenden Basen.

Die Blüten stehen zwischen den oberen Blättern. Ihre Kronen sind rosa bis purpurfarben und zweilippig, mit einer helmförmig aufgerichteten Oberlippe.

Die Unterlippe ist geöffnet und trägt manchmal dunkle Punkte.

Nach der Bestäubung bleiben kleine trockene Teilfrüchte zurück, die aus der Entfernung kaum auffallen.

Die Triebe sind leicht behaart, besitzen aber keine brennenden Haare wie echte Brennnesseln.

Die Purpurfärbung hängt von Licht und Temperatur ab. Ein Exemplar ohne auffällig violette Spitze kann dennoch dieser Art angehören.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In Kalifornien gehört die Purpurrote Taubnessel zu den eingeschleppten Arten feuchter gestörter Standorte: Wiesen, Gärten, Straßenränder und Rasenflächen.

Regionale botanische Aufzeichnungen nennen sie unter anderem aus Butte, Placer, El Dorado, Napa, Sonoma, Humboldt und Santa Cruz County.

Sie ist nicht überall im Bundesstaat gleich häufig.

Im heißen trockenen Sacramento Valley findet man einzelne Pflanzen eher auf bewässertem Boden oder an kühlen schattigen Stellen als auf offenen Sommerhängen.

Im Frühling können grüne Flecken erscheinen, die bis zur nächsten Regenzeit verschwinden.

Auch ein eingeschlepptes Exemplar auf einem Gartengrundstück gehört dem Eigentümer der Fläche.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Herbstregen fördern die Keimung. Vom späten Herbst bis zum frühen Frühjahr besitzen junge Exemplare ihre weichsten Blätter.

Regional wird die Blüte häufig von Februar bis Juli beobachtet, abhängig von Höhenlage, Feuchtigkeit und Temperatur.

An derselben Stelle können junge Pflanzen neben bereits samentragenden älteren wachsen.

Bis zum Ende der Trockenzeit verschwindet die zarte grüne Vegetation weitgehend.

Entscheidend ist weniger ein bestimmtes Datum als die Entwicklungsphase: Blätter junger Winterpflanzen sind weicher als die eines alten Blütenschaftes.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur junge Blätter. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr der Blätter von Lamium purpureum ausdrücklich.

Man kann zarte Blättchen zerkleinern und einer kalten Gemüsemischung hinzufügen.

Der Geschmack ist mild und etwas pflanzlich. Bei ausgewachsenen Pflanzen werden die Behaarung und gelegentlich die Bitterkeit stärker.

Eine kleine frische Portion bedeutet nicht, dass diese Pflanze als nahezu alleinige Nahrung geeignet wäre.

Auch die purpurfarbenen oberen Blättchen sind, solange sie weich bleiben, gewöhnliche Blätter und keine besondere Blütenstruktur.

Ihre Farbe schließt die Essbarkeit nicht aus. Trotzdem muss die gesamte Pflanze anhand von Blättern und Blüten bestimmt werden.

Für Blüten, Stängel, Wurzeln und trockene Samen gibt es hier keinen ebenso eindeutigen eigenständigen Nachweis des Rohverzehrs. Sie werden daher nicht empfohlen.

Blätter von behandelten Parkflächen, Straßenstreifen und Stellen mit häufigem Tierkot werden nicht gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lamium amplexicaule hat an den oberen Knoten beinahe sitzende rundliche Blätter, die den Stängel umfassen.

Die Triebspitze von Lamium purpureum ist meist pyramidenförmig und purpurn; die Blätter wirken dreieckiger und bleiben gestielt.

Junge Brennnesseln der Gattung Urtica können wegen der gezähnten Blätter ähnlich aussehen. Ihre Brennhaare verursachen jedoch Hautreizungen; unbekannte Pflanzen sollte man deshalb nicht ungeschützt anfassen.

Viele Lippenblütler besitzen vierkantige Stängel. Das ist nur eines von mehreren Merkmalen.

Wichtiger als eine einzelne Färbung sind die rosa zweilippigen Blüten und die Anordnung der Blätter.

QUELLEN

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Lamium+purpureum
- https://californiaspecies.com/species/lamium-purpureum
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4571

Feld-Kresse — würzige junge Blätter und flache Schötchen · Lepidium campestre

Lepidium campestre

Auf trockenen offenen Flächen wächst im Frühjahr ein niedriges senfartiges Kraut mit einer Rosette gezähnter Blätter. Später erhebt sich sein Stängel über die Gräser und trägt zahlreiche kleine weiße Blüten sowie Reihen flacher ovaler Früchte.



Lepidium campestre mit gezähnter Blattrosette, weißen Kreuzblüten und kleinen flachen behaarten Schötchen

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Lepidium campestre, die Feld-Kresse, eine europäische Art, die in Kalifornien Fuß gefasst hat.

Das junge Grün besitzt einen scharfen kresseartigen Geschmack und lässt sich ohne Erhitzen essen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die einjährige oder zweijährige Pflanze erreicht gewöhnlich zwanzig bis sechzig Zentimeter Höhe.

Die unteren Blätter bilden eine Rosette. Sie sind länglich, gestielt und besitzen Zähne oder flache Lappen am Rand.

Die Stängelblätter werden weiter oben kleiner und sitzend. Ihre Basis kann den Stängel etwas umfassen.

Der obere Pflanzenteil verzweigt sich und bildet zahlreiche kleine weiße Blüten mit je vier Kronblättern.

Die Früchte sind ovale bis beinahe runde, stark abgeflachte und behaarte Schötchen von wenigen Millimetern Länge. Bei Reife werden sie braun.

Anders als bei vielen Rauken und Wegrauken ist die Frucht kurz und flach, keine lange zylindrische Schote.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Lepidium campestre als nicht heimische Pflanze gestörter kalifornischer Standorte. Es liegen mehrere Hundert Beobachtungen vor.

Die Art ist nicht so allgegenwärtig wie Lepidium virginicum.

Sie wächst auf Brachen, an trockenen Graslandhängen, bei alten Feldern und manchmal auf verdichtetem Boden.

In Berg- und Küstenregionen können sich die Wachstumszeiten gegenüber dem heißen Central Valley verschieben.

Eine größere Menge Pflanzen neben einer Straße bedeutet keineswegs, dass sie zum Sammeln geeignet wäre. Staub, Abgase und Herbizide können den Standort belasten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Rosetten entstehen nach Regenfällen und sind vor allem bei kühlem Wetter sichtbar.

In milden Tallagen wachsen sie im Winter und frühen Frühjahr; an kälteren Standorten beginnt das Wachstum später.

Weiße Blütenstände und die sich bildenden Schötchen erscheinen meist im Frühjahr bis frühen Sommer.

Wenn die Samen braun werden und der Stängel hart ist, bleibt kaum noch zartes Blattgrün für rohe Mahlzeiten übrig.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebspitzen. Plants For A Future bestätigt für Lepidium campestre ausdrücklich deren Rohverzehr.

Der Geschmack ist scharf und leicht senfartig. Fein gehackte Blätter eignen sich als Würze zu einem kalten Salat.

Sie liefern keine große kalorienreiche Mahlzeit, sondern vor allem einen kräftigen Geschmack.

In Pflanzenführern wird ebenfalls die würzende Verwendung von Samen erwähnt. Der in diesem Artikel bestätigte Rohverzehr wird jedoch bewusst auf die jungen Blätter und weichen Sprosse begrenzt.

Alte grobe Blätter und papierartige reife Schötchen werden nicht empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lepidium virginicum besitzt meist schmalere kleine Früchte und eine andere Anordnung der Blätter.

Bei Lepidium didymum kann beim Zerreiben ein sehr starker Geruch auftreten; seine Früchtchen besitzen zwei rundliche Hälften.

Das Hirtentäschelkraut Capsella bursa-pastoris trägt dagegen herzförmige bis dreieckige Schötchen.

Vor allem die kurzen behaarten flachen Früchte und die grundständige Rosette sind für die Bestimmung wichtig.

Junge unbekannte Pflanzen dürfen nicht anhand ihres pfeffrigen Geschmacks erkannt werden. Vor dem Essen müssen botanische Merkmale vorliegen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4670
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+campestre
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Lepidium_campestre

Zweiknotige Kresse — niedriges duftendes Grün und paarige Früchte · Lepidium didymum

Lepidium didymum

Nach den Winterregen wächst an kalifornischen Wegen gelegentlich ein sehr niedriges Kraut. Seine dünnen Zweige liegen über dem Boden, und die stark zerteilten Blätter besitzen einen intensiven pfeffrigen Geruch.



Lepidium didymum mit flachen kriechenden Zweigen, tief geteilten Blättern und winzigen paarigen Früchtchen

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Bei genauer Betrachtung erkennt man winzige weißliche Blüten und flache Früchte, die wie zwei verbundene Teilstücke aussehen.

Dies ist Lepidium didymum, in älteren Bestimmungsbüchern Coronopus didymus genannt, eine eingeführte Kresseart.

Die jungen Blätter werden in kleinen Mengen roh gegessen. Wegen der starken Schärfe eignet sie sich nicht für große tägliche Salatportionen.



Lepidium didymum mit flachen kriechenden Zweigen, tief geteilten Blättern und winzigen paarigen Früchtchen

Julia Kruse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze lebt gewöhnlich eine Saison, seltener zwei.

Von einer kleinen Basis wachsen zahlreiche dünne kriechende oder etwas aufgerichtete Triebe. Der grüne Teppich bleibt meist niedrig, auch wenn die Zweige mehrere Dutzend Zentimeter lang werden.

Die wechselständigen Blätter sind tief fiederteilig und besitzen kleine Lappen.

Junge Blätter können eine Art Rosette bilden; an älteren Stängeln stehen sie lockerer.

Die Blüten sind winzig, mit vier weißlichen oder kaum sichtbaren Kronblättern. Aus der Entfernung heben sie sich fast nicht vom Grün ab.

Später entstehen flache Früchtchen mit zwei rundlichen Teilhälften.

Das lateinische didymum bedeutet „paarig“ und verweist auf diesen auffälligen Bau.

Bei der Reife werden die Früchte trocken und bräunlich. Ihre Samen sind sehr klein.

An einer entwickelten Pflanze kann man junge Blätter, Blüten und ältere paarige Früchte gleichzeitig finden. Dieser Merkmalskomplex ist besonders hilfreich für die Bestimmung.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Lepidium didymum als nicht heimische kalifornische Art.

Beobachtungen liegen unter anderem aus San Diego, Orange, Los Angeles, Marin, San Francisco, Humboldt, Monterey, Santa Barbara und Sacramento County vor.

Sie wächst auf gestörten Böden, in Gärten, an bewässerten Wegen und auf Rasenflächen.

In kühlem feuchtem Küstenklima können sich niedrige Teppiche bilden.

Im Central Valley ist sie jedoch kein so allgegenwärtiges Unkraut wie Löwenzahn oder Kompass-Lattich.

Auf heißen trockenen Böden vertrocknet das Grün schnell.

Die kriechenden Triebe liegen unmittelbar auf der Erde und sind damit besonders leicht durch Staub, Düngerreste und Tierkot verunreinigt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Sacramento Valley erscheinen Keimlinge nach anhaltenden Herbst- oder Winterregen.

Zarte junge Blätter sind gewöhnlich in den kühlen Monaten und im frühen Frühjahr vorhanden.

An der Küste kann die Pflanze bei ausreichender Feuchtigkeit auch zu anderen Jahreszeiten wachsen.

Wenn die Zweige länger werden, entstehen in den Blattachseln und an ihren Spitzen sehr kleine Blüten.

Danach entwickeln sich grüne paarige Früchtchen, die später braun werden und austrocknen.

Die kalifornischen Blütezeiten unterscheiden sich regional. Ein sommerlicher Kalender aus britischen Führern darf deshalb nicht unverändert übertragen werden.

Für die Rohkost zählt das junge weiche Laub; die Früchtchen dienen vor allem zur Bestimmung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr unter dem heutigen Namen Lepidium didymum sowie dem älteren Namen Coronopus didymus.

Die Blätter schmecken sehr scharf, kresse- oder senfartig, manchmal mit einem ungewohnt intensiven Geruch.

Am besten werden sie fein zerrissen als kleine würzige Zugabe zu milderen Blättern verwendet.

Große Mengen wären unnötig scharf und werden nicht empfohlen.

Samen sind kein Ersatz für die Blätter. Obwohl das Kraut viele kleine Früchte bildet, bestätigt der verwendete artspezifische Führer gerade die Blätter.

Für Samen und reife trockene paarige Früchte wird hier keine eigenständige zuverlässig belegte rohe Lebensmittelverwendung angegeben.

Wurzeln und blütentragende Stängel werden ebenfalls nicht als separate Nahrung angeboten.

Die Art kann auf belastetem Boden wachsen. Studien untersuchten eine Aufnahme von Blei durch Lepidium didymum.

Deshalb ist sie nahe Industrieanlagen und Straßen selbst nach dem Waschen für den Rohverzehr ungeeignet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lepidium virginicum besitzt eher rundliche Früchte mit kleiner Kerbe, aber keine so deutlich paarige Fruchtgestalt.

Coronopus squamatus, eine andere niedrige Kresseart, unterscheidet sich in Blattform und Fruchtbau.

Winzige weißliche Blüten reichen allein nicht aus, um diese Arten zu unterscheiden.

Eine junge Rosette wird nicht anhand von Geruch und Geschmack bestimmt. Benötigt werden Fruchtmerkmale, Blattgestalt und Verzweigung.

Blätter von behandelten Rasenflächen und belasteten Feldern gehören nicht zur Nahrung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10940
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=10940
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Coronopus+didymus
- https://tropical.theferns.info/viewtropical.php?id=Lepidium+didymum&redir=Coronopus+didymus

Breitblättrige Kresse — junge scharfe Blätter in Feuchtgebieten · Lepidium latifolium

Lepidium latifolium

Auf feuchten Böden des Sacramento Valley entstehen stellenweise dichte Bestände hoher graugrüner Stängel. Darüber stehen im Sommer breite weiße Wolken aus zahlreichen winzigen Blüten.



Lepidium latifolium mit hohen graugrünen Stängeln, großen unteren Blättern und breiten weißen Blütenrispen

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

Das ist Lepidium latifolium, die Breitblättrige Kresse, eine aus Eurasien eingeführte invasive Staude. Sie breitet sich aggressiv aus und verdrängt die heimische Vegetation brackiger Wiesen und Uferlebensräume.

Im zeitigen Frühjahr können ihre jungen Blätter roh als scharfe Würze gegessen werden. Das Sammeln an feuchten Ufern birgt jedoch besondere Risiken durch verschmutztes Wasser und Herbizidbehandlungen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Breitblättrige Kresse ist eine ausdauernde krautige Pflanze mit tief reichendem, weit verzweigtem Wurzelsystem.



Lepidium latifolium mit hohen graugrünen Stängeln, großen unteren Blättern und breiten weißen Blütenrispen

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

Aus einer gemeinsamen unterirdischen Basis wachsen zahlreiche aufrechte Triebe. Bis zum Sommer können sie eineinhalb bis zwei Meter oder mehr erreichen.

Die jungen unteren Blätter sind groß, länglich, einige Zentimeter breit und gestielt. Ihr Rand ist ganzrandig oder nur flach gezähnt.

Die oberen Stängelblätter werden kleiner und können nahezu sitzend sein. Sie umfassen den Stängel jedoch nicht in derselben Weise wie bei einigen verwandten weiß blühenden Kreuzblütlern.

Blätter und Stängel sind graugrün und tragen einen leichten wachsartigen Belag.

An den Zweigenden erscheint eine breite Rispe mit Hunderten winziger weißer Blüten, jede mit vier Kronblättern.

Später entwickeln sich kleine flache ovale Schötchen.

Ein erwachsener Bestand kann wie eine weiße Wolke aussehen. Zur sicheren Bestimmung müssen aber die unteren Blätter, die hohen Triebe und der Blütenstand gemeinsam geprüft werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Der California Invasive Plant Council dokumentiert Lepidium latifolium an feuchten und saisonal feuchten Standorten in ganz Kalifornien.

Besonders auffällig ist sie im Sacramento–San-Joaquin-Delta, in brackigen Feuchtgebieten der Bay Area, auf Wiesen, an Bewässerungskanälen und auf Überschwemmungsflächen.

Das San Francisco Estuary Institute hat große Bestände unter anderem in der South Bay und im Delta dokumentiert.

Die Art verbreitet sich nicht nur durch Samen, sondern auch über Wurzelstücke. Deshalb lässt sie sich nur schwer zurückdrängen.

Manche befallenen Flächen werden mehrmals pro Saison mit Herbiziden behandelt. Auch ohne sichtbare Spritzspuren darf ihr Blattgrün dort nicht als sichere Nahrung gelten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der kühlen, feuchten Winterperiode wachsen aus den unterirdischen Pflanzenteilen neue Triebe.

Im Frühjahr sind die jungen unteren Blätter besonders weich. Sie können ungefähr ab März oder April erscheinen, je nach Standort früher oder später.

Gegen Ende des Frühjahrs strecken sich die Stängel schnell.

Meist von Mai bis Juli werden die dichten weißen Blütenstände sichtbar; anschließend entstehen trockene Schötchen.

Im Herbst vergilbt der oberirdische Teil, während das Wurzelsystem im Boden weiterlebt.

An vollständig ausgewachsenen Sommerstängeln sind die Blätter gröber und schärfer.

Für den Rohverzehr zählt deshalb nur die kurze Phase neuen zarten Blattwachstums.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Lepidium latifolium.

Sie besitzen einen sehr scharfen Geschmack, der an Senf und Meerrettich erinnert.

Deshalb verwendet man sie nur in kleinen Mengen als kalte Würzzugabe. Junge Blätter sind weicher als das grobe Laub hoher blühender Stängel.

Blätter dürfen nicht mit Samen und Wurzeln gleichgesetzt werden.

Der Artenführer nennt zwar auch Samen als Würzmittel. Das ist jedoch eine andere Nutzungsweise. In diesem Artikel gelten allein die jungen Blätter als zuverlässig bestätigte praktische Rohkost.

Die tiefen Wurzeln werden nicht zur rohen Nahrung empfohlen: Sie bringen verunreinigten Boden mit sich, und beim Ausgraben können Wurzelbruchstücke eine weitere Ausbreitung der invasiven Art fördern.

In Feuchtgebieten mit möglicher Verunreinigung des Wassers, Schwermetallen oder chemischer Bekämpfung darf kein rohes Blattgrün gesammelt werden.

Diese Kresse ist kein unbedenklicher Ersatz für große Portionen kultivierten Kohls.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Cardaria draba, eine verwandte weiß blühende Kresseart, kann ebenfalls wolkenartige Blütenstände bilden. Sie bleibt gewöhnlich niedriger; die oberen Blätter umfassen den Stängel.

Lepidium virginicum ist viel niedriger und trägt zahlreiche kleine rundliche Schötchen.

Vor der Blüte ähneln einander auch andere Kreuzblütler. Für eine sichere Bestimmung werden die unteren und oberen Blätter, die erwachsene Rispe und die Fruchtform betrachtet.

Ein pfeffriger Geruch allein genügt nicht.

Weiße Blüten auf einer nassen Wiese belegen außerdem nicht, dass der Standort für Nahrungssuche geeignet ist.

QUELLEN

- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/lepidium-latifolium-profile/
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4691
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+latifolium
- https://www.sfei.org/nis/pepperweed.html

Durchwachsene Kresse — pfeffrige junge Frühlingsblätter · Lepidium perfoliatum

Lepidium perfoliatum

Auf trockenen Brachen und salzhaltigen Hängen erscheinen im Frühjahr gelegentlich niedrige senfartige Pflanzen mit winzigen gelblichen Blüten.



Lepidium perfoliatum mit fein geteilten Grundblättern, herzförmig stängelumfassenden oberen Blättern und flachen Schötchen

Evan (GBIF occurrence 6185691936) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Bei manchen wirken die oberen Blätter so, als wachse der Stängel unmittelbar durch ihre Mitte. Ihre Blattbasis legt sich eng um den Trieb.

Das ist Lepidium perfoliatum, die Durchwachsene Kresse, ein Frühlingskraut mit scharfem Geschmack. Am erwachsenen Exemplar sind einige ihrer Bestimmungsmerkmale besonders auffällig.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die einjährige Pflanze wird gewöhnlich zehn bis fünfzig Zentimeter hoch, auf feuchtem Boden gelegentlich größer.



Lepidium perfoliatum mit fein geteilten Grundblättern, herzförmig stängelumfassenden oberen Blättern und flachen Schötchen

Zach Earl · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Am Grund entsteht eine Rosette aus Blättern, die tief in schmale Lappen geteilt sind. Sie können an kleine Dill- oder Senfblätter erinnern.

Weiter oben am Stängel werden die Blätter breiter und nahezu ganzrandig. Ihre Umrisse sind rundlich bis herzförmig, ihre Basis umfasst den Stängel tief.

Der Übergang von stark eingeschnittenen Grundblättern zu fast durchwachsenen oberen Blättern ist für diese Art besonders charakteristisch.

Die sehr kleinen gelblichen Blüten besitzen vier Kronblätter und stehen in kurzen Trauben.

Entlang der später verlängerten Trauben entwickeln sich kleine rundliche bis ovale flache Schötchen. Bei Reife werden sie strohbraun.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Lepidium perfoliatum ist in Kalifornien eingeschleppt.

Die Pflanze wächst nicht in allen Klimazonen des Bundesstaates, sondern besonders auf offenen gestörten Böden, trockenen Feldern, an Straßen und auf salzhaltigen Flächen, vor allem in kontinental geprägten Regionen.

Örtlich kann sie auffallen. Sie ist aber kein typisches Grün jeder Parkwiese in Sacramento.

Wegen ihrer Standorte muss das Sammeln bei Fernstraßen, Lagerflächen, landwirtschaftlich behandelten Gebieten und Eisenbahndämmen ausgeschlossen werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der kühlen Jahreszeit und den ersten wärmeren Frühlingstagen erscheinen die tief eingeschnittenen Grundblätter.

Danach wächst der Stängel mit den charakteristischen rundlichen oberen Blättern. Die kleinen gelben Blüten öffnen sich, später entstehen flache Früchte.

In warmen tieferen Lagen kann dieser gesamte Zyklus bereits im Frühjahr abgeschlossen sein. In kühleren Tälern dauert er gelegentlich bis zum Frühsommer.

Junge Blätter sind gewöhnlich weicher und angenehmer, bevor die Schötchen massenhaft ausreifen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future berichtet ausdrücklich vom Rohverzehr der Blätter von Lepidium perfoliatum.

Sie dienen als kleine scharfe Würzzugabe, ähnlich anderen pfeffrig schmeckenden Kräutern der Kreuzblütler.

Am besten eignen sich zarte Blätter, solange die Pflanze aktiv wächst und nicht faserig geworden ist.

Samen werden in manchen Quellen als Würzrohstoff nach besonderer Verarbeitung erwähnt. Ein ausreichend belegter eigenständiger Rohverzehr ohne Feuer liegt dafür hier jedoch nicht vor.

Wurzeln und alte harte Stängel gehören ebenfalls nicht zur Nahrungsliste.

Ein starker pfeffriger Geruch an einem zerdrückten Blatt beweist nicht, dass die Pflanze sicher bestimmt oder essbar ist.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lepidium virginicum, Lepidium didymum und Lepidium campestre können ähnliche kleine Blüten und zahlreiche Schötchen besitzen.

Bei Lepidium perfoliatum umfassen die oberen Blätter den Stängel jedoch auffällig, während die unteren Blätter in sehr schmale Lappen geteilt sind.

Einige verwandte Senfgewächse bilden ähnliche Blüten, aber deutlich anders geformte Früchte.

Eine junge Rosette allein, bevor obere Blätter und Schötchen gewachsen sind, erlaubt keine zuverlässige Bestimmung.

Bei ungewöhnlichen Funden sollte die Pflanze mit mehreren eindeutig artspezifischen botanischen Abbildungen verglichen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4707
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+perfoliatum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lepidium_perfoliatum_(GBIF_6185691936).jpg

Gartenkresse — junge pfeffrige Blätter aus verwilderten Gartenbeständen · Lepidium sativum

Lepidium sativum

In einem alten Garten oder auf feuchtem lockerem Boden kann nach kühlen Regenfällen ein Teppich dünner Stängel mit kleinen grünen Blättern entstehen.



Lepidium sativum mit kleinen tief eingeschnittenen Grundblättern, weißen Blüten und gekerbten flachen Schötchen

Katrin Gilger · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Wird er nicht abgeschnitten, wächst das Kraut rasch in die Höhe und bildet winzige weiße Blüten.

Das ist Lepidium sativum, die Gartenkresse, eine bekannte Kulturpflanze, die außerhalb von Anbauflächen in Kalifornien nur selten dokumentiert wurde.

Junge Blätter und weiche Sprosse lassen sich roh essen. Ein zufälliger Keimling aus verschmutzter Erde ist jedoch nicht mit sicher kultiviertem frischem Grün gleichzusetzen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die einjährige Pflanze wird nach dem Strecken des Blütenschaftes gewöhnlich fünfzehn bis fünfzig Zentimeter hoch.

Zunächst entsteht eine kleine Blattrosette. Ihre Blätter können tief in schmale Abschnitte geteilt sein.

Die oberen Stängelblätter werden zunehmend ganzrandig, linear bis schmal lanzettlich und sitzend.

Der dünne grüne Stängel ist verzweigt und schwach behaart.

Die kleinen Blüten besitzen vier kreuzförmig angeordnete weiße bis rosafarbene Kronblätter und sechs Staubblätter.

Nach der Blüte entwickeln sich kleine fast runde bis breit ovale flache Schötchen mit einer Kerbe an der Spitze. Darin liegen einige Samen.

Zarte Blätter einer sicher bestimmten Pflanze besitzen beim Zerreiben einen ausgeprägt pfeffrigen Geruch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bewertet Lepidium sativum als nicht heimische einjährige Pflanze mit sehr wenigen Funden außerhalb des Anbaus.

Belege liegen unter anderem aus Sacramento, Yolo, Contra Costa, Marin und San Diego County vor.

Daher ist Gartenkresse in Kalifornien vor allem ein kultiviertes Gemüse, keine massenhaft wachsende wilde Senfpflanze.

Selbstaussaat kann bei alten Gartenbeeten und Komposthaufen vorkommen. Dort sind aber auch Düngemittel und Krankheitserreger möglich.

Ohne bekannte Sauberkeit des Bodens wird keine rohe Nahrung gesammelt.

Für zahlreiche ähnlich aussehende kalifornische Lepidium-Arten ist der Rohverzehr nicht gleichermaßen bestätigt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Pflanze wächst bei kühlem feuchtem Wetter sehr schnell. Schon wenige Tage nach der Keimung zeigen sich kleine weiche Blätter.

In warmen Tallagen entwickelt sie im Frühjahr bald einen Blütenschaft. Im Sommer wird das Laub gröber und deutlich schärfer.

Im milden kalifornischen Winter ist nach Regenfällen ebenfalls Wachstum möglich.

Für rohe Nahrung eignen sich kleine Blätter vor der Blüte, die an einem bekannten sauberen Standort mit sauberen Werkzeugen abgenommen werden. Reife Schötchen sind kein gleichwertiger Ersatz.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Sprosse. Plants For A Future bezeichnet diese Teile ausdrücklich als roh essbar.

Sie schmecken kräftig pfeffrig. Deshalb reicht eine kleine Menge als Würze zu milderen Blättern.

Junge Blätter lassen sich schneiden und ohne Erhitzen unter kaltes Gemüse mischen.

Samen werden gelegentlich als Gewürz genutzt, sind aber sehr scharf und erfordern gewöhnlich besondere Verarbeitung. Im hier beschriebenen Verzeichnis roher Nahrung werden sie nicht empfohlen.

Keimlinge der Gartenkresse können wie andere rohe Sprossen krankheitserregende Bakterien tragen, besonders bei Aufzucht mit verschmutztem Wasser.

Für das Leben unterwegs ist bekanntes frisches Blattgrün deshalb einer zufälligen Keimlingsansammlung vorzuziehen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lepidium virginicum besitzt häufig schmalere flache Früchte und eine andere Gestalt der unteren Rosette.

Lepidium nitidum bleibt meist viel niedriger und bildet kleine glänzende Früchte.

Auch andere Kreuzblütler tragen weiße vierzählige Blüten. Ein ähnlicher Geruch allein bestimmt keine sichere essbare Art.

Zur Unterscheidung betrachtet man die unteren und oberen Blätter sowie die ausgereiften Schötchen.

Eine unbekannte Senfpflanze von einem Parkplatz oder einem chemisch behandelten Feld darf nicht nur wegen ihres würzigen Geruchs gegessen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=9145
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+sativum

Virginische Kresse — kleine runde Schötchen und pfeffriges Grün · Lepidium virginicum

Lepidium virginicum

Auf offenen Flächen Kaliforniens wächst ein niedriges Kraut, dessen obere Zweige mit zahlreichen kleinen runden flachen Früchtchen besetzt sind.



Lepidium virginicum mit schmalen oberen Blättern und zahlreichen runden flachen Schötchen mit kleiner Einkerbung

Jomegat · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Bei näherem Hinsehen erinnert jedes an eine winzige abgeflachte Münze mit einer Kerbe am oberen Rand.

Das ist Lepidium virginicum, die Virginische Kresse, ein heimischer Vertreter der Kreuzblütler.

Ihre zarten jungen Blätter und noch grünen unreifen Schötchen sind essbar. Sie schmecken pfeffrig. Die große Menge winziger Samen bedeutet jedoch nicht, dass man die Pflanze in großen Portionen essen sollte.



Lepidium virginicum mit schmalen oberen Blättern und zahlreichen runden flachen Schötchen mit kleiner Einkerbung

Robert H. Mohlenbrock / USDA-NRCS · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Virginische Kresse ist meist einjährig, manchmal kurzlebig zweijährig.

Junge Exemplare bilden eine Blattrosette. Die unteren Blätter sind länglich, mit unregelmäßigen Randzähnen und kleinen Lappen.

Die oberen Blätter am verzweigten Stängel werden deutlich schmaler.

Während der Blüte bildet sich eine lockere Rispe dünner Zweiglein.

Die winzigen weißlichen Blüten besitzen vier Kronblätter, die teilweise nur schwer zu erkennen sind.

Bald entwickeln sich zahlreiche flache rundliche Schötchen, jedes mit einer kleinen Einkerbung an der Spitze.

Sie stehen auf dünnen Fruchtstielen entlang der Zweige.

Beim Austrocknen werden sie gelb und braun; im Inneren sitzen sehr kleine Samen.

Die junge Rosette lässt sich leicht mit anderen Unkräutern verwechseln. Für eine sichere Bestimmung sind deshalb die charakteristischen reifen Früchtchen und die Gestalt der Blätter derselben Pflanze besonders wichtig.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Lepidium virginicum als heimische Art Kaliforniens und zeigt zahlreiche Beobachtungen im Bundesstaat.

Sie bevorzugt sonnige offene Standorte wie Wege, Brachen, Feldränder, Straßenböschungen und Weiden.

The Watershed Nursery beschreibt die Art als anspruchslos gegenüber dem Boden. Sie wächst auf Lehm-, Ton- und steinigen Böden.

Rund um Sacramento und im Vorgebirge kommen verschiedene Kressearten der Gattung Lepidium vor.

Ihr genauer Name darf nicht allein aus der Bezeichnung „Pfefferkraut“ abgeleitet werden.

Manche heimischen Unterarten unterscheiden sich in Behaarung und Einzelheiten der Früchte. Für eine botanische Sammlung ist das von Bedeutung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Regenfällen wächst die Rosette rasch und bildet neue Blätter.

In den tieferen Lagen sind sie im Winter und frühen Frühjahr am weichsten; in kühleren Gegenden findet dieser Austrieb später statt.

Im Frühjahr erscheinen winzige weiße Blüten, danach grüne flache Schötchen.

An feuchteren Stellen können Blüte und Fruchtentwicklung bis in den Sommer dauern.

Wenn die Pflanze austrocknet, verschwinden die grünen essbaren Teile.

Die Früchte reifen an einem Exemplar nicht gleichzeitig: An unteren Zweigen sind sie oft bereits trocken, während nahe der Spitze noch junge grüne hängen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zarte junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Blätter von Lepidium virginicum.

Sie schmecken scharf wie Kresse und eignen sich als kleine würzige Zugabe zu anderem Grün.

Junge Blätter sind weicher als ausgewachsene und weniger bitter.

Grüne unreife Schötchen. Der artspezifische Führer bestätigt ihren Rohverzehr gesondert.

Sie sind sehr klein, besitzen aber einen deutlich pfeffrigen Geschmack.

Man verwendet sie eher als Gewürz denn als große Gemüseportion.

Trockene Samen werden mitunter als Pfefferersatz bezeichnet. Diese konzentrierte Form sollte jedoch nicht automatisch als Hauptbestandteil einer rohen Mahlzeit angesehen werden.

Wurzeln und alte harte Stängel gehören nicht zu den empfohlenen Nahrungsteilen.

Nur eine anhand mehrerer Merkmale sicher bestimmte Pflanze darf gesammelt werden; der Geschmack eines einzelnen Blattes ist keine Artbestimmung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien kommen weitere Kressearten vor, etwa Lepidium didymum und Lepidium latifolium, deren Fruchtbau und Gesamtgestalt sich unterscheiden.

Beim Hirtentäschelkraut Capsella bursa-pastoris sind die Schötchen herzförmig bis dreieckig statt klein, rund und flach mit einer Kerbe.

Vor der Fruchtbildung sehen zahlreiche Kreuzblütler einander sehr ähnlich.

Wurde nur eine Rosette gefunden, sollte der Verzehr bis zur verlässlichen Bestimmung unterbleiben.

Gärten und Straßenböschungen können mit Herbiziden behandelt sein. Kleine Blätter dicht am Boden nehmen zudem leicht Staub und andere Verschmutzungen auf.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4712
- https://www.watershednursery.com/nursery/plant-finder/lepidium-virginicum/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+virginic

Andersons Bocksdorn — rote reife Beeren eines Wüstenstrauchs · Lycium andersonii

Lycium andersonii

Auf einem steinigen Hang der Mojave-Wüste fällt zwischen Kreosotsträuchern gelegentlich ein niedriger Strauch mit langen spitzen Zweigen auf.



Lycium andersonii als dorniger Wüstenstrauch mit schmalen Blättern, hellen trichterförmigen Blüten und roten Beeren

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

Nach Regenfällen erscheinen kleine helle Blüten, gefolgt von saftigen roten Beeren.

Andersons Bocksdorn, Lycium andersonii, ist eine heimische Art kalifornischer Wüsten. Seine vollständig ausgereiften Früchte können frisch gegessen werden.

Die Ernte hängt allerdings stark von Niederschlägen ab. Nicht jeder Strauch trägt in jedem Jahr Früchte.



Lycium andersonii als dorniger Wüstenstrauch mit schmalen Blättern, hellen trichterförmigen Blüten und roten Beeren

Mary Winter · CC0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner oder teilweise sommergrüner, stark verzweigter Strauch, gewöhnlich einen halben bis eineinhalb Meter hoch.

Ältere Zweige sind gräulich und enden teilweise in scharfen Dornen. Die jungen Triebe sind dünner.

Die einfachen Blätter sind schmal, von linealischer bis verkehrt eiförmiger Gestalt. An kurzen Seitenzweigen stehen sie manchmal in kleinen Gruppen.

Bei länger anhaltender Trockenheit kann der Strauch fast alle Blätter verlieren.

Die kleinen Blüten stehen einzeln oder zu wenigen zusammen. Sie besitzen eine trichterförmige weißliche bis blassviolette Krone mit fünf Teilen.

Nach der Blüte wachsen rundliche oder eiförmige Beeren, die bei Reife rot bis orangerot werden.

Im Inneren befindet sich weiches Fruchtfleisch mit kleinen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt mehr als zweitausend Beobachtungen von Lycium andersonii in Kalifornien.

Die Art wächst vor allem in Wüstengebieten von Inyo, San Bernardino, Riverside, Imperial und San Diego County.

Typische Standorte sind trockene steinige Hänge, sandig-kiesige Trockenflussbetten und Flächen zwischen Kreosotsträuchern.

Im Sacramento Valley und den feuchten nördlichen Wäldern ist sie nicht charakteristisch.

Auf einem trockenen Hang steht manchmal nur ein einzelner Strauch. Nach einem niederschlagsreichen Winter können mehrere Exemplare in der Umgebung sichtbar sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte folgt gewöhnlich auf die kühlen Winterregen.

Manchmal beginnt sie bereits gegen Ende des Winters und hält bis in das Frühjahr an.

Die Beeren wachsen nach der Blüte und reifen vor allem im Frühjahr und frühen Sommer.

In Jahren mit zusätzlichen Niederschlägen kann die Pflanze erneut Früchte bilden.

Rote Farbe allein beweist keine vollständige Reife.

Geeignete Früchte sind gleichmäßig gefärbt, etwas weich und lösen sich leicht vom Fruchtstiel.

Die Beeren trocknen schnell aus oder werden von Wildtieren gefressen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Lycium andersonii roh und nach natürlichem Trocknen gegessen werden kann.

Das Fruchtfleisch der kleinen Beeren ist saftig. Sein Geschmack reicht von etwas süßlich bis leicht herb; an manchen Sträuchern erinnert er an eine Mischung aus Tomate und anderen Beeren.

Reife Beeren können frisch in kleinen Portionen gegessen werden.

Im trockenen Wüstenklima können saubere reife Beeren ohne Hitze trocknen. Vor dem Essen muss geprüft werden, dass kein Schimmel entstanden ist.

Zweige, Dornen, Blätter, Wurzeln und unreife Beeren gehören nicht zur bestätigten Rohkost.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Auf denselben Wüstenhängen können Lycium fremontii und Lycium pallidum wachsen.

Sie ähneln Andersons Bocksdorn durch dornige Zweige, röhrenförmige Blüten und kleine Beeren.

Zur Unterscheidung müssen die Blütenform, die Blattbreite und die Merkmale reifer Früchte betrachtet werden.

Einige andere kalifornische Nachtschattengewächse besitzen giftige Beeren, selbst wenn diese bereits reif sind.

Ein Bocksdorn darf daher niemals allein anhand einer roten Frucht bestimmt werden.

Weitere Gefahren sind scharfe Dornen und verschmutzte trockene Flussbetten nahe Straßen.

Unbekannte Früchte werden nicht gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5230
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lycium+andersonii

Gewöhnlicher Bocksdorn — rote Goji-Beeren an bogigen Zweigen · Lycium barbarum

Lycium barbarum

Bei alten Pflanzungen und auf gestörten, eher trockenen Hängen kann ein Strauch mit langen, dünnen, bogenförmigen Zweigen, kleinen violetten Blüten und länglichen roten Beeren stehen. Dies ist eine der beiden bekanntesten ostasiatischen Goji-Arten, der Gewöhnliche Bocksdorn, Lycium barbarum.



Lycium barbarum mit bogigen dünnen Zweigen, schmalen Blättern, violetten Blüten und länglichen roten Goji-Beeren

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Nur vollständig ausgereifte rote Früchte kommen für eine Nahrung ohne Erhitzen infrage. Grüne Beeren oder Blätter eines nicht sicher bestimmten Strauchs dürfen nicht gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der sommergrüne Strauch erreicht gewöhnlich einen bis drei Meter Höhe. Seine langen, rutenartigen Zweige können sich auf benachbarte Pflanzen stützen.

Die dünnen Zweige sind graubraun; einzelne kurze Triebenden bilden Dornen.



Lycium barbarum mit bogigen dünnen Zweigen, schmalen Blättern, violetten Blüten und länglichen roten Goji-Beeren

MPF (original Wikipedia uploader) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die einfachen, ganzrandigen Blätter stehen wechselständig oder in kleinen Gruppen an kurzen Seitentrieben. Ihre Form reicht von schmal lanzettlich bis oval.

Einzelne oder wenige Blüten stehen in den Blattachseln. Sie besitzen einen kurzen Kelch und eine violette röhrenförmige Krone, die in fünf zurückgebogene Lappen ausläuft.

Danach entstehen kleine rote oder orangerote ovale Beeren von etwa ein bis zwei Zentimetern Länge. In ihrem Fruchtfleisch liegen zahlreiche kleine Samen.

Für die Artbestimmung sind Blütenbau, Blattform, Zweige und ausgereifte Früchte gemeinsam wichtig. Eine einzelne rote Beere genügt nicht.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Der Gewöhnliche Bocksdorn ist kein heimischer Wüstenstrauch Kaliforniens.

Jepson eFlora und regionale floristische Materialien berichten, dass Lycium barbarum an gestörten Standorten und bei alten Pflanzungen aus der Kultur verwildern kann.

Die Art tritt erheblich seltener auf als heimische Wüsten-Bocksdorne wie Lycium andersonii oder Lycium fremontii. Man findet sie beispielsweise bei alten Zäunen und ehemaligen Gärten.

Nicht jeder Strauch mit Goji-Beeren ist wild oder allgemein zugänglich. Die meisten Pflanzen in der Nähe von Wohnhäusern werden auf privatem Grund angebaut.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen junge Blätter. Gegen Ende des Frühjahrs und im Sommer beginnen gewöhnlich die violetten Blüten aufzublühen.

Während der warmen Jahreszeit wachsen die Beeren heran. Vor allem in der zweiten Sommerhälfte und im Herbst werden sie leuchtend rot.

An einem Strauch können gleichzeitig grüne unreife und rote ausgereifte Früchte hängen.

Für den Verzehr werden ausschließlich weiche, vollständig gefärbte und unbeschädigte Früchte verwendet.

Bei natürlicher Trocknung schrumpfen saubere Beeren und werden dunkler. Sie dürfen dabei keinen Schimmelgeruch entwickeln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife rote Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Lycium barbarum.

Sie schmecken leicht süßlich, mit einer charakteristischen etwas krautigen Note. Man kann kleine Mengen frischer reifer Beeren essen oder sie unter sauberen trockenen Bedingungen ohne Erhitzen natürlich trocknen.

Unreife Früchte gelten in der artspezifischen Quelle als hinsichtlich ihrer Sicherheit bedenklich. Deshalb werden grüne und nur teilweise gefärbte Beeren nicht verzehrt.

Junge Blätter und Triebe werden meist nach dem Garen beschrieben. Hier gelten sie folglich nicht als bestätigte Rohkost.

Wurzeln, Rinde und Dornen werden nicht als Nahrung verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lycium chinense ist mit Lycium barbarum so eng verwandt und sieht so ähnlich aus, dass eine einzelne Beere keine sichere Unterscheidung ermöglicht.

Besonders wichtig sind das Verhältnis der Länge der Kronlappen zur Blütenröhre, die Form der Blätter und die Blütenstiele.

Die heimischen Wüsten-Bocksdorne wachsen gewöhnlich unter anderen natürlichen Bedingungen und besitzen eigene botanische Merkmale.

Zu den Nachtschattengewächsen gehören Arten mit giftigen Beeren. Weder die rote Farbe noch der Geschmack darf deshalb als Sicherheitsprüfung dienen.

Ist der Strauch nicht anhand seiner Blüten und weiteren Merkmale sicher bestimmt, werden keine Beeren gesammelt.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Lycium+barbarum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Lycium+barbarum
- https://californiaspecies.com/species/lycium-barbarum

Chinesischer Bocksdorn — reife rote Goji-Früchte an gebogenen Zweigen · Lycium chinense

Lycium chinense

An einem alten Zaun oder bei einer aufgegebenen Pflanzung wächst gelegentlich ein Strauch mit langen dünnen bogenförmigen Zweigen und kleinen violetten Blüten.



Lycium chinense mit schmalen ganzrandigen Blättern, hellvioletten Blüten und länglichen roten Früchten

Alex Abair · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Später erscheinen längliche leuchtend rote Beeren. Sie sind als Früchte einer Goji-Art bekannt.

Dies ist der Chinesische Bocksdorn, Lycium chinense, der aus Ostasien eingeführt wurde. Er kommt in Nordamerika und Kalifornien außerhalb von Kulturen vor, ist jedoch wesentlich seltener als die vertrauten heimischen Wüsten-Bocksdorne.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch, ungefähr einen halben bis drei Meter hoch, mit grauer Rinde und dünnen gebogenen Ästen.

Manche Triebe tragen kurze Dornen.

Die einfachen ganzrandigen Blätter sind schmal oder oval. An kurzen Seitenzweigen können mehrere Blätter dicht beieinander stehen. Länge und Breite der Blätter variieren deutlich mit ihrem Alter.

Die Blüten sitzen einzeln oder in Gruppen von zwei bis vier an kurzen Stielen.

Die Krone ist hellviolett bis lila, trichterförmig und besitzt fünf zurückgebogene Lappen.

Später reifen etwa ein bis zwei Zentimeter lange längliche rote Beeren mit vielen kleinen Samen.

Die roten Früchte sind kein ausreichendes Artmerkmal. Für eine sichere Bestimmung müssen auch Blüte, Blätter und Zweiggestalt betrachtet werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Flora of North America führt Lycium chinense als eingeführte Art auf, die unter anderem aus Kalifornien dokumentiert ist.

Sie ist meist mit ehemaligen Hecken, alten Gärten, Feldern und gestörten Straßenrändern verbunden.

Historische Beobachtungen der beiden ostasiatischen Bocksdornarten Lycium chinense und Lycium barbarum wurden allerdings nicht immer richtig auseinandergehalten.

Daher darf nicht jeder alte als „Goji“ gepflanzte Strauch ohne Prüfung für Lycium chinense gehalten werden.

Im Sacramento Valley sind kultivierte Exemplare möglich. Große sicher bestätigte natürliche Populationen sind dort nicht bekannt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Winterruhe entfalten sich im Frühjahr junge Blätter. Danach öffnen sich hellviolette Blüten.

Die Blüte reicht in Nordamerika je nach Klima gewöhnlich von Mai bis August.

Nach der Bestäubung entwickeln sich Beeren, die im Sommer und Herbst rot werden.

Nur vollständig ausgereifte, weiche rote Früchte kommen als Nahrung infrage. Grüne oder nur teilweise gefärbte Früchte werden nicht verwendet.

Die empfindlichen reifen Beeren werden am besten frisch verzehrt oder vorsichtig an einem sauberen trockenen Ort natürlich getrocknet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Plants For A Future bestätigt für Lycium chinense ausdrücklich deren Rohverzehr sowie das Essen nach natürlicher Trocknung.

Die Beeren schmecken leicht süßlich, mitunter etwas krautig oder schwach anisartig.

Die artspezifische Quelle nennt auch junge Blätter und weiche Triebe als roh verwendbar.

Da die Pflanze jedoch zu den Nachtschattengewächsen gehört und nahe verwandte Arten giftige Bestandteile besitzen können, beschränkt sich die praktische Empfehlung dieses Artikels bei unbekannter Kulturgeschichte auf mäßige Mengen vollständig reifer Beeren eines zweifelsfrei bestimmten Strauchs.

Wurzeln, Rinde, unreife grüne Beeren und harte Zweige sind keine Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lycium barbarum lässt sich allein anhand roter Beeren kaum von dieser Art unterscheiden.

Flora of North America empfiehlt unter anderem den Vergleich des Längenverhältnisses zwischen den Kronlappen und der Blütenröhre, der Blätter und der Position der Blüten.

Die heimischen Lycium andersonii und Lycium fremontii wachsen vor allem in Wüsten und besitzen eigene Merkmale an Blüten und Früchten.

Andere Nachtschattengewächse können gefährliche und sogar tödlich giftige Früchte tragen. Ohne sicher bestimmtes blühendes Exemplar darf man deshalb keine unbekannten roten Beeren sammeln.

QUELLEN

- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=200020538
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lycium+chinense
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Lycium+chinense

Frémonts Bocksdorn — orangefarbene Wüstenbeeren im Frühjahr · Lycium fremontii

Lycium fremontii

In den Wüstenschluchten Südkaliforniens wächst ein dorniger Strauch, der während des größten Teils des trockenen Jahres fast blattlos aussehen kann.



Lycium fremontii mit dornigen Zweigen, kleinen graugrünen Blättern, lila Röhrenblüten und orange-roten Beeren

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

Nach Winterregen entwickelt er kleine graugrüne Blätter und lilafarbene Röhrenblüten. Danach erscheinen weiche orangefarbene bis rote Früchte.

Das ist Lycium fremontii, Frémonts Bocksdorn, ein heimischer Wüstenverwandter der Goji-Pflanzen.

Seine vollständig reifen Beeren werden roh gegessen und ohne Feuer für spätere Nutzung getrocknet. Grüne unreife Beeren und Blätter dürfen nicht allein wegen der Verwandtschaft mit kultivierter Goji für sicher gehalten werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Frémonts Bocksdorn ist ein verholzender Strauch, der manchmal zwei bis drei Meter hoch und beinahe ebenso breit werden kann.

Seine stark verzweigten Äste enden häufig in festen Dornen.

Während feuchter Perioden erscheinen kleine etwas dickliche Blätter, oval, verkehrt eiförmig oder spatelförmig, mit meist glattem Rand.

An kurzen seitlichen Zweigen stehen sie oft in kleinen Büscheln. Bei starker Trockenheit nimmt das Laub ab oder verschwindet fast vollständig.

Die Blüten sind klein und röhrenförmig, mit fünf erweiterten Lappen in Farben von blassviolett bis lila. Sie wachsen einzeln oder in Gruppen in den Blattachseln.

Nach der Blüte entwickelt sich eine ovale bis längliche Beere. Unreif ist sie grün; bei voller Reife wird sie orange bis leuchtend rot und weich und saftig.

Im Fruchtfleisch liegen zahlreiche kleine weiche Samen, die bei reifen Beeren gewöhnlich mitgegessen werden.

Nach einem seltenen Sommerregen können sich an einem Zweig gleichzeitig Blüten, grüne und reife Früchte befinden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Lycium fremontii ist für die Sonora- und Mojave-Wüste charakteristisch.

Typische Standorte sind trockene Wüstenmulden, steinige Hänge und Flächen mit tiefer reichender Bodenfeuchte auf salzhaltigen Böden.

Botanische Führer weisen sie für Kalifornien und andere südwestliche Bundesstaaten aus.

Im Sacramento Valley ist sie kein gewöhnlicher heimischer Obststrauch. Man trifft sie eher auf einer Reise in die südlichen Wüstenregionen.

Auf trockenen Flächen steht gelegentlich nur ein Exemplar zwischen Kreosotsträuchern.

Der Fruchtansatz ist wetterabhängig. Für Wüstenverhältnisse gilt die Art jedoch als vergleichsweise verlässlich.

In Nationalparks und auf anderem geschütztem Land kann das Sammeln verboten sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach einem kühlen Wüstenwinter erscheinen Blätter und lilafarbene Blüten. Der Artenführer nennt bei passenden Klimabedingungen Februar und März als Blütezeit.

Die Früchte wachsen im Frühjahr und frühen Sommer heran.

Je nach Regen können kleine weiche orange-rote Beeren ungefähr zwischen April und Juni reifen.

Manchmal folgt nach Sommerregen eine zweite geringe Ernte. Darauf darf man sich aber nicht verlassen.

Grüne feste Beeren sind keine Nahrung, auch wenn sie später essbar werden.

Während langer Trockenheit kann der Strauch fast alle Blätter verlieren. Alte am Zweig gebliebene Früchte sind deshalb nicht automatisch frisch und geeignet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife weiche Beeren. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Lycium fremontii ausdrücklich.

Das Fruchtfleisch ist süßlich und saftig, gelegentlich mit einem tomatenartigen Geschmack und leichter Bitterkeit.

Man kann wenige reife Früchte frisch essen oder ihr Fruchtfleisch ohne Erhitzen zerdrücken. Die kleinen weichen Samen werden bei einer reifen Beere gewöhnlich mitgegessen.

Große Portionen können jedoch die Verdauung beeinträchtigen. Maßvolle Mengen sind deshalb sinnvoll.

Natürlich getrocknete reife Beeren. Der Artenführer dokumentiert das Trocknen für einen späteren Verzehr.

Verwendet werden ausschließlich vollständig ausgereifte, unbeschädigte Früchte, die ohne Schimmel und Verunreinigung trocknen konnten.

Rohe Blätter, Blüten, Wurzeln und unreife Beeren sind keine bestätigten Nahrungsteile dieses Artikels.

Verschiedene Wüsten-Bocksdorne waren saisonale Nahrung indigener Gemeinschaften des amerikanischen Südwestens. Für diese konkrete Art ist der Verzehr reifer Früchte dokumentiert; Zubereitungen mit Hitze gehören nicht zur Ernährung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Lycium andersonii hat ebenfalls kleine Blätter, Dornen und orange-rote Früchte, unterscheidet sich aber im Blütenbau, in den Trieben und teilweise in der Verbreitung.

Lycium pallidum besitzt häufig größere und hellere Blüten.

Andere Wüsten-Nachtschattengewächse können trotz ähnlicher Früchte giftig sein, auch im reifen Zustand.

Ein orangefarbener Fruchtkörper oder ein Dorn genügt nicht, um die Pflanze als Bocksdorn zu bestimmen.

Notwendig sind die röhrenförmigen Blüten, die charakteristischen Blattbüschel, eine vollständig reife weiche Beere und die sichere botanische Artbestimmung.

Besteht Zweifel an Art oder Reife, bleiben die Früchte am Strauch.

QUELLEN

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lycium+fremontii
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lyciumfremontii.jpg
- https://www.calflora.org/

Lorbeer-Sumach — dunkle kleine Früchte des südkalifornischen Chaparrals · Malosma laurina

Malosma laurina

In den Küstenbergen Südkaliforniens wächst auf trockenen Hängen und in Schluchten ein großer immergrüner Strauch mit langen Blättern und rötlichen jungen Zweigen.



Malosma laurina mit länglichen ledrigen Blättern, rötlichen Blattstielen und kleinen fast schwarzen Früchten

Justin Taylor (blugeoner86) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer hängen an seinen Triebenden zahlreiche kleine Früchte.

Der Lorbeer-Sumach, Malosma laurina, gehörte zu den Nahrungspflanzen der Chumash. Seine reifen Früchte wurden zerdrückt, natürlich getrocknet und ohne Zubereitung über Feuer gegessen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Strauch wird häufig höher als ein Mensch; unter günstigen Bedingungen erreicht er drei bis fünf Meter und manchmal mehr.

Seine Krone ist dicht und rundlich, die Triebe sind lang. Die Rinde ist graubraun, jüngere Blattstiele und Blattadern können rötlich erscheinen.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind ledrig, schmal elliptisch bis lanzettlich und ungefähr fünf bis zehn Zentimeter lang.

Ihr Rand ist glatt und ganzrandig. Häufig sind die Blätter längs der Mittelrippe leicht gebogen, beinahe wie ein flaches Boot.

An den Triebenden erscheinen im Frühjahr große verzweigte Rispen winziger weißlicher bis cremefarbener Blüten.

Die Früchte sind sehr klein und rundlich. Sie färben sich allmählich von grünlich zu dunkel, fast schwarz. Im Inneren befindet sich ein harter Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Malosma laurina ist in Südkalifornien heimisch. Die Art ist besonders typisch für die Küstenberge von Santa Barbara und Ventura über Los Angeles, Orange und San Diego bis zur mexikanischen Grenze.

Sie wächst im Chaparral und zwischen Küstensalbei-Sträuchern, an trockenen sonnigen Hängen, in felsigen Schluchten und an Straßenrändern.

Calflora verzeichnet Tausende Beobachtungen in Südkalifornien.

Im Sacramento Valley ist der Lorbeer-Sumach dagegen kein gewöhnlicher wild wachsender Strauch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die immergrünen Blätter bleiben das gesamte Jahr an den Zweigen. Dadurch sind sie jedoch keineswegs als Nahrung bestätigt.

Junge Blütenrispen wachsen vor allem im Frühjahr und frühen Sommer.

Danach entwickeln sich die Früchte. An warmen südlichen Hängen reifen sie meistens im Sommer und zu Beginn des Herbstes.

Nach lang anhaltender Trockenheit kann die Ernte an einzelnen Sträuchern schwach ausfallen.

Für die Nahrung kommen nur vollständig reife Früchte infrage, keine grünen Fruchtansätze.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte nach Trennung der essbaren weichen Bestandteile.

Ein artspezifisches Profil des USDA Forest Service, gestützt auf Beschreibungen von Nahrungspflanzen der Chumash, berichtet, dass Früchte von Malosma laurina zerdrückt, getrocknet und nach Entfernung ungenießbarer trockener Bestandteile roh verzehrt wurden.

Dazu werden reife Früchte von den Zweigen getrennt. Die dünne Fruchtmasse kann zerdrückt und ohne Hitze getrocknet werden. Anschließend sind grobe Hautreste und die harten Steine sorgfältig zu entfernen.

Es handelt sich nicht um eine große saftige Tischbeere: Die Früchte sind sehr klein, die eigentliche essbare Schicht ist dünn.

Die Samensteine dürfen weder geknackt noch zerkaut werden.

Bittere Rinde, Blätter und Wurzeln gehören nicht zu den zuverlässig bestätigten rohen Nahrungsteilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Rhus integrifolia, die Limonadenbeere, trägt gewöhnlich breitere ovale ledrige Blätter, die unterseits oft heller sind; auch die Fruchtfarbe unterscheidet sich. Diese Art wird im Atlas gesondert beschrieben.

Rhus ovata, der Zuckersumach, unterscheidet sich durch breitere feste Blätter und den Aufbau seiner Blütenstände.

Aufgrund einer einzigen dunklen Frucht können diese Sträucher schwer auseinanderzuhalten sein.

Sie gehören zur Familie der Sumachgewächse. Bei empfindlichen Menschen kann der Kontakt mit einigen verwandten Pflanzen Hautreaktionen auslösen.

Nicht sicher bestimmte Früchte werden nicht gesammelt. Auch Nahrungshinweise zu einem Sumach dürfen nicht pauschal auf einen anderen übertragen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5348
- https://www.fs.usda.gov/psw/publications/beyers/psw_2018_beyers010_montalvo_malosma-laurina.pdf
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/mallau

Kulturapfel — saftige reife Früchte verwilderter alter Obstbäume · Malus domestica

Malus domestica

Bei einem verlassenen Obstgarten, an einem ehemaligen Hofweg oder am Rand einer alten Siedlung steht manchmal ein Apfelbaum, der seit vielen Jahren nicht mehr gepflegt wurde.



Malus domestica mit gezähnten ovalen Blättern, weißrosa Blüten und reifen roten, gelben oder grünen Äpfeln

H. Zell · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr trägt er blassrosa Blüten. Über den Sommer wachsen zwischen den Blättern Früchte, und im Herbst können zahlreiche saure oder süße Äpfel reifen.

Dass der Baum einst in einem Garten stand, lässt sich oft leichter feststellen als seine genaue Sorte.

Vollständig ausgereifte Äpfel werden ohne Erhitzen frisch gegessen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der sommergrüne Baum wird gewöhnlich drei bis zehn Meter hoch. Er besitzt eine ausladende Krone und zahlreiche kurze Fruchtzweige.

Im Alter wird die Rinde grau und rissig. Junge Triebe können etwas behaart sein.

Die wechselständigen Blätter sind oval bis elliptisch, mit gezähntem Rand und gut sichtbaren Adern. Unterseits sind sie häufig heller und behaart.

Die Blüten stehen zu mehreren in kleinen Gruppen. Rosa Knospen öffnen sich zu weißen bis leicht rosafarbenen Blüten mit fünf Kronblättern.

Die Früchte variieren je nach Sorte beträchtlich: grün, gelb oder rot, rund oder etwas länglich.

Am gegenüber dem Stiel liegenden Ende bleibt ein fünfteiliger Kelch erhalten. Im Querschnitt sieht man gewöhnlich fünf Samenkammern mit glatten dunklen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Der Kulturapfel ist ein eingeführter Obstbaum.

Calflora verzeichnet verwilderte Apfelbäume, unter anderem unter dem Namen Malus pumila, der in floristischen Materialien in Verbindung mit Malus domestica verwendet wurde.

Es gibt alte verlassene Pflanzungen, einzelne selbst ausgesäte Bäume und Sämlinge an Waldrändern, Bächen und ehemaligen Wohnstellen.

Im Sacramento Valley und in den Vorgebirgen ist eine aufgegebene Pflanzung wahrscheinlicher als ein natürlicher Apfelwald.

Ein Baum, der aus Samen verwildert, wird dadurch nicht zu einer heimischen kalifornischen Art.

Ob Früchte gesammelt werden dürfen, hängt von den Grundstücksrechten und möglichen Pestizidbehandlungen ab.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In milden Tallagen öffnet sich die Blüte gewöhnlich im März und April, in kühleren Vorgebirgen und Bergen später.

Die Früchte wachsen im Frühjahr und Sommer.

Je nach Sorte werden frühe Äpfel bereits im Sommer reif. Spätere Sorten erreichen ihre Reife ungefähr zwischen September und November.

Die Farbe allein ist kein sicherer Reifeindikator. Ein reifer Apfel lässt sich meist leichter vom Stiel lösen, duftet typisch und besitzt den sortenabhängigen Geschmack.

Vertrocknete, wurmstichige oder verschimmelte Falläpfel werden nicht gesammelt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das Fruchtfleisch vollständig reifer Äpfel. Es kann roh zusammen mit sauberer Schale gegessen oder zuvor geschält werden.

Reife Äpfel liefern saftige Nahrung und können ohne Erhitzen in Scheiben geschnitten werden.

Einige alte aus Samen gewachsene Bäume tragen sehr kleine und ausgesprochen saure Früchte. Sie können essbar sein, auch wenn sie nicht jedem frisch schmecken.

Reife Apfelscheiben lassen sich ohne Hitze auf einem sauberen Netz trocknen, wenn die Bedingungen Schimmelbildung zuverlässig verhindern.

Die Samen enthalten cyanogene Verbindungen und dürfen nicht zerkaut oder gemeinsam mit den Früchten fein zermahlen werden.

Das Kerngehäuse mit den Samen wird am besten entfernt.

Blätter, Rinde und Zweige sind keine Nahrungsteile dieses Artikels.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die heimische Pazifische Wildapfelart Malus fusca besitzt gewöhnlich wesentlich kleinere Früchte und wächst natürlicherweise in feuchten nördlichen Küstenwäldern.

Der Kulturapfel ist dagegen öfter bei früheren Siedlungen und Obstgärten anzutreffen.

Zieräpfel können sehr ähnlich sein; bei Hybriden überschneiden sich die Merkmale.

Die Europäische Birne Pyrus communis besitzt häufig glänzendere und weniger behaarte Blätter. Im Fruchtfleisch kommen körnige Steinzellen vor, die beim Apfel normalerweise fehlen.

Ein Baum mit einer runden gelben Frucht ist deshalb nicht automatisch ein Apfelbaum.

Zur Bestimmung werden Blüten, Blätter, Früchte und die Samenkammern zusammen betrachtet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/species/sci-M.html
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Malus+domestica
- https://linnet.geog.ubc.ca/Atlas/Atlas.aspx?sciname=Malus+pumila

Pazifischer Wildapfel — kleine saure Früchte der nördlichen Küstenwälder · Malus fusca

Malus fusca

In feuchten Küstenwäldern Nordkaliforniens wächst gelegentlich ein kleiner Baum oder großer Strauch, der im Frühjahr zahlreiche weiße Blüten trägt.



Malus fusca mit kleinen ovalen gezähnten Blättern, weißen Blüten und winzigen gelben bis roten Äpfeln

Gordon Leppig & Andrea J. Pickart / U.S. Fish and Wildlife Service · Public domain · Wikimedia Commons

Im Herbst hängen zwischen den Blättern viele winzige Äpfel, deren Farbe von Gelb bis Dunkelrot reicht.

Das ist Malus fusca, der Pazifische oder Oregon-Wildapfel.

Seine vollständig reifen Früchte können roh gegessen werden, schmecken jedoch deutlich saurer als Kulturäpfel. Die Samen gehören nicht zur Nahrung: Calflora warnt ausdrücklich davor, die Samen dieser Art zu essen.



Malus fusca mit kleinen ovalen gezähnten Blättern, weißen Blüten und winzigen gelben bis roten Äpfeln

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Meist ein sommergrüner Strauch oder kleiner mehrstämmiger Baum, der in Küstengebieten dichte Gruppen bilden kann.

Die Äste sind biegsam. An älteren Trieben sitzen viele kurze fruchttragende Zweige; einzelne Äste können in dornähnlichen Fortsätzen enden.

Die wechselständigen gestielten Blätter sind oval bis elliptisch und am Rand fein gezähnt. An kräftigen Trieben können sie gelegentlich drei flache Lappen besitzen.

Junge Blätter sind weicher und etwas behaart. Die älteren sind oben dunkelgrün und unterseits heller.

Im Frühjahr erscheinen kleine weiße, seltener schwach rosa Blüten mit fünf Kronblättern in kurzen Gruppen.

Nach der Bestäubung bilden sich kleine Apfelfrüchte, oft leicht länglich und wesentlich kleiner als Ladenäpfel.

Die Farbe verändert sich von Grünlichgelb zu Rot oder Purpur. Am Fruchtende bleiben Teile der Blüte erhalten, im Inneren liegen getrennte Kammern mit braunen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Malus fusca als heimische Art Kaliforniens, verzeichnet dort jedoch relativ wenige Beobachtungen. Der Schwerpunkt liegt in feuchten nördlichen Küstenwäldern und Flussauen.

Die Oregon State University beschreibt das natürliche Verbreitungsgebiet entlang der Pazifikküste von Alaska bis nach Nordkalifornien.

Die Pflanze besiedelt feuchte Stellen an Bächen, Ränder von Sümpfen und Wälder.

Im Sacramento Valley ist sie kein gewöhnlicher städtischer Wildapfel. Bei Wohnhäusern begegnet man wesentlich häufiger Kulturäpfeln Malus domestica oder deren Sämlingen.

An geeigneten Standorten weiter nördlich können kleine Bäume dichte Gruppen bilden. Der kalifornische Abschnitt des natürlichen Verbreitungsgebiets ist aber relativ schmal.

Als überall verbreiteter Obstbaum kann die Art nicht betrachtet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im frühen Frühjahr treiben neue Blätter aus.

Weiße bis hellrosa Blüten erscheinen meist im April und Mai, an kühleren nördlichen Standorten etwas später.

Die kleinen Früchte wachsen nach der Bestäubung über mehrere Monate. Im Sommer sind sie noch grün und hart.

Gegen Ende des Sommers und im Herbst werden sie gelblicher oder rötlich und allmählich weicher.

Plants For A Future weist darauf hin, dass der Geschmack nach den ersten kalten Herbstnächten weniger sauer werden kann.

An sehr feuchten Küstenstandorten verderben Früchte schnell. Auch bei demselben Baum ist die Herbsternte deshalb nicht unbegrenzt verfügbar.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch der kleinen Äpfel.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Malus fusca. Die meist etwa ein bis zwei Zentimeter großen Früchte sind ausgeprägt sauer.

Man kann den kleinen Apfel aufschneiden und das frische Fruchtfleisch von der inneren Samenkammer trennen.

Auch die Oregon State University beschreibt die Essbarkeit der Früchte und betont ihren sauren Geschmack.

Die Früchte eignen sich eher als kleine kalte Fruchtzugabe als für eine große süße Nachspeise.

Kalt zerdrücktes Fruchtfleisch. Reife Früchte ohne Samen können zerdrückt und mit milderen Früchten gemischt werden.

Das erfordert keine Hitze, doch die Masse verfärbt sich und verdirbt ohne Kühlung schnell.

Calflora warnt ausdrücklich vor der Giftigkeit der Samen. Weder diese noch das Kerngehäuse werden zerbissen oder gemeinsam mit dem Fruchtfleisch zermahlen. Auch andere Malus-Arten können cyanogene Stoffe in ihren Samen besitzen.

Blätter, Rinde und junge Triebe gehören ebenfalls nicht zur Rohkostliste.

Früchte von besprühten Bäumen und aus verschmutztem Sumpfwasser werden nicht verwendet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Kulturapfel Malus domestica kann verwildern und ebenfalls kleine Früchte bilden. Er unterscheidet sich jedoch in der Kombination aus Zweigen, Blättern und Herkunft.

Birnen der Gattung Pyrus können wie kleine Äpfel aussehen, besitzen jedoch andere Blüten und Früchte.

Auch einige kalifornische Weißdorne der Gattung Crataegus tragen kleine Apfelfrüchte, häufig aber kräftigere Dornen und stärker geteilte Blätter.

Für Malus fusca sind feuchte nördliche Küstenlebensräume, kleine oft längliche Früchte und zahlreiche kurze Seitenzweige typisch.

Ein einzelner abgefallener Apfel genügt nicht, um die Baumart sicher zu bestimmen. Besser ist es, Blüten, Blätter und einen ganzen Zweig zu betrachten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5350
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malus+fusca
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/malus-fusca

Kretische Malve — weiche unreife Fruchtstücke einer großen Frühlingsmalve · Malva multiflora

Malva multiflora

Auf Küstenfeldern und bei alten Gemüsegärten Zentralkaliforniens wächst nach den Winterregen gelegentlich eine hohe buschige Pflanze mit großen rundlichen Blättern.



Malva multiflora mit großen rundlichen gelappten Blättern, rosa Blüten und grünen segmentierten unreifen Früchten

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr schmücken sie zartrosa Blüten mit fünf Kronblättern. Anschließend entstehen kleine runde Früchte, die in zahlreiche Abschnitte geteilt sind.

Das ist die Kretische Malve, heute Malva multiflora genannt. In älteren Quellen steht häufig Lavatera cretica oder Malva pseudolavatera.

Für eine Nahrung ohne Feuer sind bei dieser Art ausdrücklich nur die weichen unreifen Früchte bestätigt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine krautige einjährige oder zweijährige Malve, manchmal über einen Meter hoch.

Die kräftigen verzweigten Stängel tragen kurze Haare.

Die wechselständigen Blätter sind rund bis breit nierenförmig. Sie sitzen an langen Blattstielen, besitzen meist fünf bis sieben flache Lappen mit rundlichen Zähnen und zeigen strahlenförmig von der Blattbasis ausgehende Adern.

Mehrere rosa bis lilafarbene Blüten mit dunkleren Adern stehen in den Blattachseln.

Jede Blüte besitzt fünf weit geöffnete Kronblätter. Unter dem eigentlichen Kelch sitzen kleine zusätzliche Hochblätter, ein typisches Merkmal vieler Malvengewächse.

Nach dem Verblühen entsteht eine rundliche abgeflachte Frucht aus einzelnen Segmenten, die wie ein kleines Käserad aussieht.

Solange die Früchte unreif sind, bleiben die Teilstücke grün und weich. Später trocknen sie aus und verhärten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Malva multiflora als nicht heimische Art und dokumentiert mehrere Hundert Beobachtungen an der Küste sowie in zentralen Countys Kaliforniens.

Sie wächst auf offenen gestörten Böden, bei alten Gärten, entlang unbefestigter Wege und auf grasigen Hängen in Siedlungsnähe, besonders nach dem Winterregen.

Eine wichtige taxonomische Besonderheit betrifft die Namen: Malva pseudolavatera, Lavatera cretica und Malva multiflora können in lokalen Listen dieselbe Art bezeichnen.

Im B1ALIVE-Atlas wird sie daher nur einmal unter dem angenommenen wissenschaftlichen Namen Malva multiflora geführt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Blätter wachsen im Winter nach Regenfällen.

Blüten können bei niedrigen Pflanzen bereits im frühen Frühjahr erscheinen. An der kühleren Küste reicht die Blüte gewöhnlich länger.

Weiche Früchte bilden sich kurz nach dem Verwelken jeder Blüte, meist im Frühjahr und frühen Sommer.

Solange ihre grünen Teilstücke noch weich sind und sich mit dem Fingernagel leicht trennen lassen, sind sie zart.

Später werden sie braun, trocken und hart.

Das geeignete Rohkoststadium liegt daher in einem kurzen Zeitraum zwischen dem Verblühen und dem Verhärten der Samen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur zarte unreife Früchte.

Eine wissenschaftliche Arbeit zur ethnobotanischen Nutzung von Lavatera cretica in Spanien beschreibt ausdrücklich den Rohverzehr unreifer Früchte als kleine saisonale Zwischenmahlzeit.

Die weichen grünen Fruchtstücke können vom Kelch getrennt und frisch gegessen werden, wenn sie sauber und noch zart sind.

Ihr Geschmack ist mild und etwas pflanzlich.

Junge Blätter und Triebe derselben Art wurden in den betrachteten ethnobotanischen Quellen mit anderen Lebensmitteln geschmort, nicht roh gegessen. Sie werden deshalb nicht in die Nahrung ohne Feuer aufgenommen.

Auch harte reife Samen, Wurzeln und alte Stängel gehören nicht dazu.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Malva parviflora ist oft niedriger und trägt kleinere Blüten.

Malva nicaeensis sieht ebenfalls ähnlich aus, unterscheidet sich aber in Fruchtbau, Blättern und Behaarung.

Malva sylvestris besitzt meist größere kräftig rosa Blüten mit deutlich ausgeprägten dunklen Adern.

Runde Malvenblätter allein genügen nicht zur Artbestimmung.

Man sollte die Blüte, den zusätzlichen Außenkelch und die unreife Frucht zusammen sehen.

Wichtig ist außerdem, taxonomische Synonyme nicht als unterschiedliche Arten zu behandeln.

Pflanzen von behandelten Rasenflächen und Straßenrändern werden nicht roh gegessen.

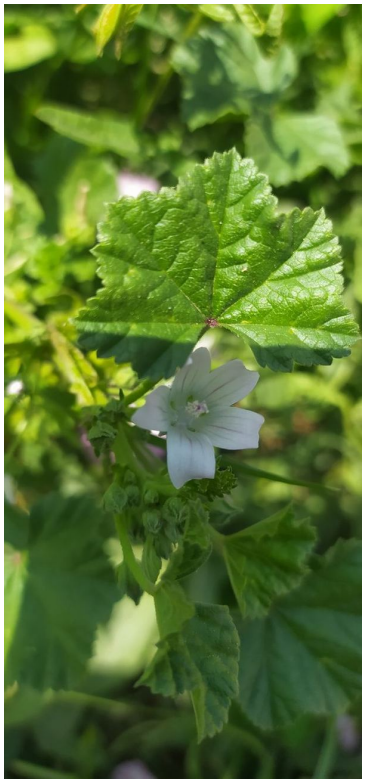
QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=14660
- https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4329632/
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11818

Weg-Malve — zarte Blätter und grüne käseradförmige Früchte · Malva neglecta

Malva neglecta

Nach kühlen Regenfällen wächst in kalifornischen Gärten ein niedriges Kraut mit rundlichen, leicht gefalteten Blättern.



Malva neglecta mit weich behaarten rundlichen Blättern, blassen Blüten und grünen käseradförmigen Früchten

Mirishkorlik · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Es kriecht zwischen Wegen und an Rasenrändern entlang, öffnet im Frühjahr kleine helle Blüten und entwickelt danach flache Früchtchen, die wie winzige Käseräder aussehen.

Das ist Malva neglecta, die Weg-Malve, eine der beiden häufigen kalifornischen Unkraut-Malven.

Ihre zarten Blätter dienen als rohes Blattgrün. Für die sichere Bestimmung sind aber auch Blüten und reife Früchte wichtig.



Malva neglecta mit weich behaarten rundlichen Blättern, blassen Blüten und grünen käseradförmigen Früchten

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze wächst einjährig, zweijährig oder als kurzlebige Staude.

Ihre Triebe liegen häufig auf dem Boden und breiten sich mehrere Dutzend Zentimeter nach allen Seiten aus. Bei ausreichender Feuchtigkeit richten sich die Spitzen etwas auf.

Vom Grund geht eine kräftige Pfahlwurzel aus.

Die wechselständigen Blätter sitzen an langen Stielen, sind rund oder nierenförmig und besitzen fünf bis sieben flache gerundete Lappen.

Ihr Rand ist etwas gewellt oder fein gezähnt; die Oberfläche ist weich und gelegentlich behaart.

Kleine weißliche, blassrosa oder helllila Blüten erscheinen in den Blattachseln.

Jede besitzt fünf Kronblätter, die an der Spitze eingekerbt sind. Die Blüte kann kleiner als ein Fingernagel sein.

An ihrer Stelle wächst eine flache runde Frucht aus vielen kleinen Abschnitten.

Zunächst ist sie grün und weich. Später trocknet sie aus; die reifen Teilstücke sind gewöhnlich glatt.

Gerade dieses Fruchtmerkmal hilft, Malva neglecta von Malva parviflora zu unterscheiden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

UC Integrated Pest Management zählt Malva neglecta und Malva parviflora zu den am weitesten verbreiteten Unkraut-Malven Kaliforniens.

Die Weg-Malve wächst besonders in Gartenbeeten, an Wegen, auf Rasenflächen, in Parks sowie auf gestörtem und bewässertem Boden.

Im Sacramento Valley erscheinen ihre Blattrosetten nach Regenfällen und an Stellen, an denen die Erde im Sommer nicht vollständig austrocknet.

Die Nähe zu Wohnhäusern macht die Ernte aber nicht automatisch sicher: Rasen und Blumenbeete werden häufig mit Herbiziden behandelt.

Bei warmem Wetter und ausreichender Feuchtigkeit kann die Pflanze größere grüne Flecken bilden.

Auf völlig trockenen sonnigen Hängen wird das Laub im Sommer schnell grob oder verschwindet.

Die Art ist eingeschleppt und hat sich auch durch menschliche Bodennutzung verbreitet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Herbst und Winter. Nach Beginn der Regenfälle keimen neue Pflanzen und bilden zarte Blätter. Im milden Klima können ältere Exemplare den Winter grün überstehen.

Februar bis Mai. Junge Pflanzen entwickeln viel Blattgrün, danach öffnen sich helle Blüten. Im Anschluss entstehen weiche grüne Früchte.

In kühlen Gärten kann diese Abfolge länger andauern.

Mai bis September. An bewässerten Standorten sind weitere Blüten und grüne Früchtchen möglich. Auf trockenem Boden werden die bereits ausgereiften Teile hart.

Die Saison besonders weicher Blätter endet oft früher als der gesamte Lebenszyklus einer Pflanze.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zarte junge Blätter. Sie können roh gegessen, klein zerrissen und unter kalten Salat gemischt werden.

Das Blattgrün besitzt einen milden Geschmack und wird beim Kauen etwas schleimig.

Zum ersten Probieren eignet sich eine kleine Menge sauberen Grüns einer zweifelsfrei bestimmten Pflanze.

Ältere Blätter werden gröber und schmecken weniger angenehm.

Weiche grüne Früchtchen. Solange die kleinen „Käseräder“ nicht vertrocknet sind, können die unreifen Früchte und ihre weichen Samen roh gegessen werden.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich rohe unreife Samen, junge Blätter und zarte Triebe von Malva neglecta.

Die weichen jungen Fruchtteile schmecken anders als ausgetrocknete reife Samen. Trockene ausgereifte Samen dürfen nicht automatisch als Nahrung in großen Mengen empfohlen werden.

Die Blüten sind für die Bestimmung wichtig, gehören hier jedoch nicht zu den ausdrücklich empfohlenen Nahrungsteilen.

Große Mengen von Pflanzen stark gedüngter oder verschmutzter Böden eignen sich nicht für rohe Mahlzeiten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Malva parviflora ist so ähnlich, dass beide Pflanzen in der Rosettenphase schwer auseinanderzuhalten sind.

UC IPM gibt klare Unterschiede an: Bei Malva neglecta sind die Kronblätter länger, und die reifen Fruchtteilchen gewöhnlich glatt.

Bei Malva parviflora sind die Kronblätter kürzer und die reifen Teilstücke runzlig.

Andere Kräuter mit rundlichen Blättern besitzen womöglich keine fünf Kronblätter und keine charakteristischen Käserad-Früchte.

Ein einziges rundes Blatt beweist deshalb keine Malvenart.

Auf behandeltem Rasen, an stark befahrenen Straßen oder bei Tierkot wird die Pflanze auch nach sicherer Bestimmung nicht gegessen.

Abwaschen beseitigt keine chemischen Schadstoffe, die bereits im Pflanzengewebe gespeichert sind.

QUELLEN

University of California IPM, Mallows — Malva neglecta und M. parviflora, Unterschiede: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/mallows/ Utah State University Extension, Common Mallow — Botanik und Lebenszyklus: https://extension.usu.edu/planthealth/ipm/ornamental-pest-guide/weeds/w_common-mallow North Carolina State University Extension, Malva neglecta — essbare Blätter und Einschränkung für reife Samen: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/malva-neglecta/common-name/cheese-plant/ Plants For A Future, Malva neglecta — junge Sprosse, Blätter und unreife Samen roh: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malva+neglecta

Nizzamalve — weiche Blätter und unreife Samensegmente · Malva nicaeensis

Malva nicaeensis

Auf einer Frühlingsbrache oder bei einem alten Feld wächst gelegentlich eine niedrige Malve mit rundlich gelappten Blättern und kleinen hellrosa Blüten.



Malva nicaeensis mit rundlichen leicht gelappten Blättern, blassrosa Blüten und abgeflachten runden Früchten

Ariel Palmon · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Anschließend entstehen flache runde Früchte, die aus einzelnen Segmenten bestehen und wie winzige Käseräder aussehen.

Die Nizzamalve, Malva nicaeensis, stammt aus dem Mittelmeerraum, ist jedoch außerhalb von Pflanzungen auch in Kalifornien anzutreffen.

Junge Blätter und noch weiche Samen können roh gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige oder kurzlebige krautige Malve, gewöhnlich ungefähr zwanzig bis sechzig Zentimeter hoch.

Die grünen verzweigten Triebe sind oft etwas behaart.

Die wechselständigen Blätter sitzen an langen Stielen und sind rundlich bis nierenförmig.

Sie besitzen fünf bis sieben flache Lappen mit abgerundeten Zähnchen. Die Blattadern strahlen deutlich von der Blattbasis aus.

In den Blattachseln erscheinen einzelne oder mehrere Blüten. Ihre fünf weißen bis blassrosa Kronblätter umgeben eine charakteristische Staubblattsäule.

Auf den Kronblättern sind mitunter schwache dunklere Adern zu erkennen.

Die abgeflachten rundlichen Früchte bestehen aus einer Reihe kleiner nussartiger Teilstücke, die bei vollständiger Reife hart werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Malva nicaeensis als nicht heimische Art und dokumentiert mehrere Hundert Beobachtungen in Kalifornien.

Sie wächst auf offenen gestörten Flächen an der Küste und in Südkalifornien, bei alten Feldern, auf Brachen, an unbefestigten Wegen und in Siedlungsnähe.

Im Sacramento Valley kommt die Art möglicherweise vor. Häufiger sind dort jedoch andere Malven, vor allem Malva parviflora.

Die Ähnlichkeit der Arten bedeutet, dass ein rundliches Malvenblatt allein keine verlässliche Bestimmung ermöglicht.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Mittelmeerklima erscheinen nach den ersten Herbst- und Winterregen junge Blätter.

Besonders zart sind sie während des Winters und Frühjahrs, solange die Pflanzen aktiv wachsen.

Die Blüte beginnt im Frühjahr und kann bis zum frühen Sommer dauern, bei ausreichender Feuchtigkeit auch später.

Kurz nach dem Verblühen entstehen weiche runde Früchte. Ihre Teilstücke verhärten mit der Reife zunehmend.

Für den rohen Verzehr der Samen sind deshalb ausschließlich die noch weichen unreifen Teilstücke geeignet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt bei Malva nicaeensis ausdrücklich deren Rohverzehr.

Sie sind mild und leicht schleimig und können fein zerkleinert unter andere kalte Blattmischungen gegeben werden.

Am angenehmsten schmecken junge noch weiche Blätter.

Unreife Samen. Derselbe Artenführer beschreibt auch ihren Rohverzehr.

Sie sind sehr klein und weich und besitzen einen leicht nussigen Geschmack.

Man nimmt sie aus den noch nicht verhärteten grünen Fruchtstücken. Die grobe trockene Hülle der reifen Frucht wird nicht mitgegessen.

Wurzeln, alte Stängel und harte reife Früchte sind nicht als Nahrung ohne Erhitzen bestätigt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Malva parviflora und Malva neglecta ähneln der Nizzamalve sehr.

UC IPM empfiehlt, für die Unterscheidung die Kronblattlänge und den Bau der reifen Fruchtsegmente zu betrachten.

Auch bei Malva nicaeensis ist die gemeinsame Prüfung von Blüten, Früchten und Behaarung wichtig.

Die häufig höhere Malva sylvestris besitzt meist größere kräftig rosa Blüten mit deutlichen Adern.

Ein kleiner Strauch mit rundlichen Blättern genügt nicht zur sicheren Artbestimmung.

Auf stark gedüngtem Boden können Malven vermehrt Nitrate aufnehmen. Für eine rohe Ernte eignen sich daher nur saubere unbehandelte Standorte.

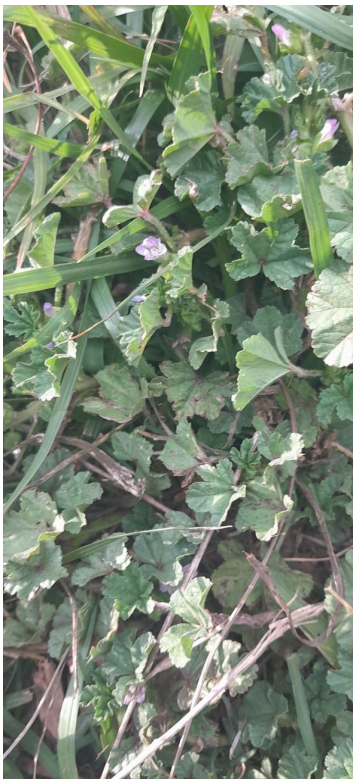
QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5353
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Malva+nicaeensis
- https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/mallows/

Kleinblütige Malve — junge Blätter und grüne Käserad-Früchte · Malva parviflora

Malva parviflora

Nach Regenfällen erscheinen auf offenen Flächen Kaliforniens rundliche grüne Blätter, die an kleine Hände mit flachen Lappen erinnern.



Malva parviflora mit runden flach gelappten Blättern, kleinen weißen Blüten und grünen käseradförmigen Früchten

Especies-mendoza-23 · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Später öffnen sich in ihren Blattachseln fast unauffällige weißliche Blüten.

An ihrer Stelle entsteht jeweils eine runde Frucht, die in kleine Teilstücke zerfällt und wie ein winziger Käse aussieht.

Dies ist Malva parviflora, die Kleinblütige Malve, ein in Kalifornien sehr verbreitetes Wildkraut, dessen junge Blätter und unreife Früchte roh gegessen werden.



Malva parviflora mit runden flach gelappten Blättern, kleinen weißen Blüten und grünen käseradförmigen Früchten

Forest and Kim Starr · CC BY 3.0 us · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Malve wächst meist einjährig, kann gelegentlich aber länger als eine Saison erhalten bleiben.

Aus ihrer Basis wachsen mehrere verzweigte Stängel, gewöhnlich zwanzig bis achtzig Zentimeter hoch.

Ein junger Stängel ist weich. Mit zunehmendem Alter wird er wesentlich härter.

Die Blätter stehen einzeln und wechselständig entlang der Stängel. Sie besitzen lange Stiele und eine fast runde Spreite mit herzförmiger Basis.

Fünf bis sieben flache Lappen geben den Blättern einen leicht handförmigen Umriss.

Der Blattrand ist gewellt und trägt kleine gerundete Zähnchen. Die Oberfläche kann etwas behaart sein.

Junge Blätter sind weich und kräftig grün.

An Keimlingen erscheinen zunächst herzförmige Keimblätter. Erst später entwickeln sich die typischen runden echten Blätter.

Die kleinen Blüten stehen in Gruppen nahe den Ansätzen der Blattstiele.

Sie sind weiß oder schwach rosa, meist ungefähr einen Zentimeter breit und besitzen fünf Kronblätter.

Im Vergleich zu Gartenmalven fallen sie wenig auf.

Nach der Blüte bildet sich eine kleine grüne scheibenförmige Frucht aus eng aneinanderliegenden keilförmigen Segmenten.

In jedem Segment befindet sich ein Samen.

Unreif ist das „Käserad“ grün und weich, danach trocknet es aus und zerfällt in seine Einzelteile.

Dieser charakteristische Fruchtbau ist der Grund für die englische Bezeichnung cheeseweed.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Malva parviflora stammt ursprünglich aus der Alten Welt und wächst heute fast überall in Kalifornien, mit Ausnahme einiger besonders harscher und trockener Gebiete des Great Basin.

Besonders häufig ist sie im Central Valley, einschließlich der Umgebung von Sacramento.

Sie kommt in Gärten, Weinbergen, auf Feldern, entlang von Wegen und auf verlassenen Grundstücken vor.

Die Pflanze nutzt die Feuchtigkeit winterlicher Regenfälle gut aus.

Auf lockeren nährstoffreichen Böden können einzelne Exemplare sehr groß werden. Entlang von Zäunen und Wegen bilden sie manchmal Gruppen.

Ein dichter geschlossener Wald ist dagegen kein typischer Standort: Sie bevorzugt offene oder leicht beschattete Flächen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Sacramento Valley erscheint junges Blattgrün häufig im Herbst nach den ersten Regenfällen.

In tief gelegenen Regionen stehen zarte Blätter gewöhnlich vom Winter bis zum Frühjahr zur Verfügung, ungefähr zwischen November und April.

Bei fortgesetzter Bewässerung kann das Wachstum erheblich länger dauern.

Die Blüte beginnt im späten Winter oder Frühjahr und kann bis zum Herbst reichen.

Laut UC IPM können Blüten bei geeigneten Bedingungen beinahe das ganze Jahr auftreten.

Weiche grüne Früchte entstehen kurz nach der Blüte.

An einer einzelnen Pflanze können deshalb gleichzeitig neue Blüten und bereits geformte kleine „Käseräder“ vorkommen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Solange sie weich sind, können sie roh als Salatgrün gegessen werden.

Sie sind zart und werden beim Kauen ein wenig schleimig.

Plants For A Future nennt die Blätter von Malva parviflora ausdrücklich als roh essbar.

Unreife Früchte. Die weichen grünen „Käseräder“ werden ebenfalls roh gegessen, solange ihre einzelnen Segmente noch saftig und nicht trocken und hart geworden sind.

Dieser Verzehr wird in Nahrungspflanzenquellen für junge Malvenfrüchte und in Plants For A Future für unreife Samen dieser Art bestätigt.

Reife harte Samen, Blüten und alte feste Stängel werden nicht automatisch als gleichwertige rohe Nahrung betrachtet.

Für diese Übersicht gelten ausschließlich die Teile, deren artspezifischer Rohverzehr dokumentiert ist.

Der chemische Gehalt des Blattgrüns hängt auch vom Boden ab. Pflanzen stark gedüngter Felder, verschmutzter Straßenränder und chemisch behandelter Flächen eignen sich nicht zur Rohkosternte.

Eine unbekannte Malve darf ebenfalls nicht gegessen werden: Malva parviflora und Malva neglecta sehen vor der Bildung der Früchte sehr ähnlich aus.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Malva neglecta trägt ebenfalls rundliche Blätter und kleine scheibenförmige Früchte. Ihre Blüten sind jedoch häufig größer, und die Kronblätter ragen deutlicher über den Kelch hinaus.

Bei Malva parviflora sind die Kronblätter gewöhnlich ungefähr so lang wie die Kelchblätter. Die Oberfläche der reifen Teilfrüchte ist charakteristisch runzlig.

UC IPM nennt diese Merkmale als wichtige Unterschiede zwischen den beiden häufigen kalifornischen Malven:

Bei Malva parviflora sind die Kronblätter kürzer und die reifen Fruchtsegmente runzlig. Bei Malva neglecta sind die Kronblätter länger und die reifen Fruchtsegmente glatt.

Bei jungen Exemplaren ist der Unterschied schwerer zu erkennen. Deshalb sind die Blüten und Früchte entscheidend, nicht allein die runde Blattform.

Gerade im späten Frühjahr und Sommer kann man an derselben Pflanze häufig gleichzeitig Blüten und die charakteristischen „Käseräder“ betrachten.

QUELLEN

- UC IPM, Little Mallow (Cheeseweed): https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/little-mallow-cheeseweed/
- UC IPM, Mallows, Vergleich ähnlicher Arten: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/mallows/
- Plants For A Future, Malva parviflora, rohe Blätter und unreife Samen: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Malva+parviflora
- UC Irvine Natural History, Malva parviflora, Fruchtform: https://nathistoc.bio.uci.edu/plants/Malvaceae/Malva%20parviflora.htm

Wilde Malve — violette Blüten, junge Blätter und weiche Fruchträder · Malva sylvestris

Malva sylvestris

Auf einer verlassenen Fläche in Kalifornien wächst gelegentlich eine hohe krautige Pflanze mit breiten runden Blättern und großen rosa-violetten Blüten. Über die Kronblätter verlaufen dunklere Längsadern. Später bilden sich flache grüne Scheiben, die wie winzige Käseräder aussehen.



Malva sylvestris mit rundlich gelappten Blättern, großen violetten Blüten mit dunklen Adern und jungen grünen Fruchträdern

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist Malva sylvestris, die Wilde Malve: eine europäische Art, die sich örtlich aus Zier- und Nutzpflanzungen ausgebreitet hat. Junge Blätter, Blüten und ganz junge unreife Früchte mit weichen Samen werden roh gegessen. Auf stark mit Stickstoff gedüngten Böden kann die Pflanze allerdings unerwünscht hohe Nitratmengen in ihren Blättern anreichern.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Je nach Klima wächst die Wilde Malve als einjährige, zweijährige oder kurzlebig ausdauernde krautige Pflanze.

Die aufrechten oder aufsteigenden Stängel werden häufig einen halben bis einen Meter hoch. Sie sind verzweigt und fein behaart.



Malva sylvestris mit rundlich gelappten Blättern, großen violetten Blüten mit dunklen Adern und jungen grünen Fruchträdern

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Blätter stehen wechselständig an langen Stielen. Ihre rundlichen Spreiten sind in fünf bis sieben flache Lappen geteilt und am Rand rundlich gezähnt. Die Blattadern verlaufen fächerförmig von der Ansatzstelle des Blattstiels nach außen.

In den oberen Stängelbereichen stehen große Blüten mit fünf rosa-violetten bis purpurfarbenen Kronblättern und auffallenden dunklen Adern. In ihrer Mitte befindet sich die charakteristische Säule aus verwachsenen Staubfäden.

Nach der Blüte entsteht eine flache Frucht aus mehreren rundlichen Abschnitten, die wie Speichen um eine Mitte angeordnet sind. Ganz jung ist dieses Fruchtrad grün und saftig. Bei der Reife trocknet es aus und zerfällt in harte Teilfrüchtchen.

Ausgewachsene Pflanzen sind gewöhnlich höher und auffälliger als die niedrige Malva neglecta.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Malva sylvestris stammt aus Europa. In Kalifornien wächst sie vor allem bei Wohnhäusern, auf alten Pflanzflächen und auf gestörtem Boden.

Sie ist weder ein gewöhnlicher heimischer Chaparral-Strauch noch eine typische Waldpflanze der Sierra Nevada.

Anders als die häufigen Malven Malva parviflora und Malva neglecta erscheint sie oft als Zierpflanze oder verwilderte Gartenpflanze.

Auf bewässertem Boden im Sacramento Valley kann sie lange grün bleiben. An heißen, trockenen Stellen werden die Blätter im Sommer schnell grob.

Angaben zu ihrer Essbarkeit betreffen genau diese botanische Art und nicht jede großblütige Gartenmalve.

Bei Straßen und unter Bäumen können Böden durch Herbizide und andere Stoffe belastet sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der kühlen, feuchten Jahreszeit erscheinen neue rundliche Blätter. Bei warmem Wetter beginnen die Stängel rasch zu wachsen.

Besonders weich sind die jungen Blätter im Frühjahr.

Die großen Blüten erscheinen gewöhnlich im Frühjahr und Sommer; bei Bewässerung können sie bis in den Herbst nachgebildet werden.

Grüne flache Früchtchen entwickeln sich einige Wochen nach der Bestäubung. Ihr essbares rohes Stadium ist kurz: Die einzelnen Abschnitte müssen noch weich sein. Bei vollständiger Reife werden sie trocken und hart.

Während sommerlicher Trockenheit können Blätter vergilben oder abfallen. Bewässerte Pflanzen liefern dagegen manchmal weiterhin junge Triebe.

Das Vorhandensein grüner Blätter bedeutet nicht, dass sie noch jung und angenehm zu essen sind.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr ausdrücklich. Die Blätter sind weich, etwas schleimig und besitzen einen milden angenehmen Geschmack. Sie lassen sich fein schneiden und unter anderes frisches Grün mischen.

Auf stark stickstoffgedüngtem Boden darf man sie jedoch nicht sammeln. Plants For A Future warnt ausdrücklich vor hohen Nitratmengen, die sich unter diesen Bedingungen in den Blättern ansammeln können.

Blüten. Frische violette Kronblätter und weiche Blütenteile sind ebenfalls als rohe Nahrung beschrieben. Sie sind angenehm im Geschmack und liefern kleine Mengen essbaren Pflanzenmaterials.

Sehr junge grüne „Käseräder“. Die artspezifische Quelle bestätigt auch den Rohverzehr noch unreifer weicher Samenbestandteile. Man kann die kleinen grünen Scheiben essen, solange sie zart sind und leicht nussig schmecken.

Vollständig trockene reife Samen, Wurzeln und harte alte Stängel gehören nicht zu dieser Nahrungsliste.

Für Menschen mit bestimmten Erkrankungen der Gallenblase rät der artspezifische Führer vom Verzehr der Pflanze ab.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Malva parviflora trägt meist viel kleinere hellrosa Blüten, obwohl Blätter und käseradförmige Früchte ähnlich aussehen.

Malva neglecta wächst häufig niedrig und kriechend und besitzt kleine hellrosa Blüten.

Einige Garten-Hibiskus- und Lavatera-Arten haben ebenfalls ähnliche Kronblätter, unterscheiden sich aber in Fruchtbau und Wuchs.

Für eine sichere Bestimmung müssen die großen violetten Blüten mit dunklen Adern, das handförmig geaderte Blatt und die junge segmentierte Frucht zusammenpassen.

Ein unbekanntes Fruchtrad wird nicht aufgrund seiner äußeren Ähnlichkeit probiert.

Auf chemisch behandelten Beeten wird kein rohes Grün gesammelt.

QUELLEN

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Malva+sylvestris
- https://www.calflora.org/species/sci-M.html
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Malva_sylvestris

Quirl-Malve — große zarte Blätter und unreife Samen · Malva verticillata

Malva verticillata

Auf lockerer feuchter Erde bei einem alten Gemüsebeet findet man gelegentlich eine hohe Malve mit breiten weichen rundlichen Blättern.



Malva verticillata mit sehr großen rundlichen Blättern, kleinen blassrosa Blüten und grünen segmentierten Früchten

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Später erscheinen zwischen dem Laub kleine blassrosa Blüten und flache runde Früchte, die in einzelne Abschnitte geteilt sind und an winzige Käseräder erinnern.

Dies ist Malva verticillata, die Quirl-Malve, eine ostasiatische Blattgemüsepflanze. Außerhalb der Kultur wird sie in Kalifornien nur sehr selten beobachtet.

Ihre weichen jungen Blätter und noch grünen unreifen Samen können roh gegessen werden.



Malva verticillata mit sehr großen rundlichen Blättern, kleinen blassrosa Blüten und grünen segmentierten Früchten

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Diese krautige Malve lebt gewöhnlich ein Jahr, gelegentlich zwei.

Sie wird meist fünfzig bis hundertfünfzig Zentimeter hoch.

Die aufrechten verzweigten Stängel tragen kurze Haare.

Die wechselständigen Blätter sitzen an langen Blattstielen. Bei ausreichender Feuchtigkeit können sie sehr groß werden, häufig zehn bis fünfzehn Zentimeter breit.

Ihre Spreiten sind rundlich bis nierenförmig und besitzen fünf bis sieben flache Lappen mit abgerundeten Zähnchen.

Die Blattadern strahlen von der Basis fächerförmig aus.

In den Blattachseln stehen kleine Gruppen weißrosa oder lilafarbener Blüten. Jede besitzt fünf Kronblätter und die typische zentrale Staubblattsäule der Malvengewächse.

Die Früchte sind flach und rund und bestehen aus zahlreichen Segmenten. Mit zunehmender Reife werden sie trocken und hart.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Malva verticillata als nicht heimische Art und verzeichnet nur ungefähr vierzehn Funde im gesamten Bundesstaat.

Mögliche Fundorte stehen fast immer im Zusammenhang mit Gärten, landwirtschaftlichen Flächen, früheren Beeten oder eingeschlepptem Saatgut.

Sie ist keineswegs eine gewöhnliche Malve aller Brachen des Sacramento Valley. Dort begegnet man viel häufiger Malva parviflora und Malva neglecta.

Die Quirl-Malve bevorzugt feuchten, fruchtbaren Boden. Deshalb kann sie auch bei Kompoststellen durch Selbstaussaat erscheinen.

Eine starke Stickstoffdüngung oder chemische Bodenbehandlung macht ihre Blätter jedoch für die rohe Nahrung ungeeignet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Bei ausreichender Feuchtigkeit entwickeln sich neue Blätter nach der Erwärmung des Bodens im Frühjahr oder in milden Wintern.

Große junge Blätter sind am weichsten, bevor sich die Blütenstängel stark verlängern.

Im Sommer öffnen sich kleine Blüten. Kurz nach ihrem Verwelken bilden sich grüne Früchtchen.

Solange deren Segmente weich sind, besitzen auch die unreifen Samen eine zarte Konsistenz und einen mild nussigen Geschmack.

Gegen Ende der Saison werden die Früchte dunkler und hart.

Bei heißem trockenem Wetter vergröbern die Blätter, während neues Wachstum seltener wird.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich.

Sie besitzen einen milden Geschmack und werden beim Kauen etwas schleimig. Man kann weiche junge Blätter klein schneiden und unter eine kalte Blattmischung geben.

Junge grüne Samen. Derselbe artspezifische Führer bestätigt ihren Rohverzehr, solange sich die Frucht noch nicht verhärtet hat.

Ein weiches junges Fruchtrad kann in seine einzelnen zarten Segmente geteilt werden. Davon genügt eine kleine Menge.

Malven können bei starker Stickstoffdüngung erhöhte Nitratmengen in den Blättern anreichern. Deshalb wird kein Grün bei Kompost, Mist oder intensiv behandelten Feldern gesammelt, sofern die Bodenbelastung nicht ausgeschlossen ist.

Wurzeln, reife trockene Samen und grobe Stängel gehören nicht zu der hier empfohlenen rohen Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Malva parviflora bleibt häufig kleiner, besitzt kleinere Blüten und anders beschaffene Fruchtsegmente.

Malva sylvestris trägt meist wesentlich größere, kräftig rosafarbene Blüten.

Malva multiflora kann hoch werden und ebenfalls runde Fruchträder bilden, unterscheidet sich jedoch in Blättern und Kelchbau.

Ein großes rundes Blatt reicht niemals für die Artbestimmung. Blüten, Behaarung und reife Früchte müssen zusammen beurteilt werden.

Eine kultivierte Malve mit gekräuselten Blättern kann eine Form von Malva verticillata und nicht etwa eine neue eigenständige Art sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8650
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malva_verticillata

Zweihäusige Mammillarie — rote Kaktusfrüchte zwischen Hakenstacheln · Mammillaria dioica

Mammillaria dioica

Auf felsigen Hängen Südkaliforniens wächst ein kleiner Kaktus, der kaum über den Boden ragt.



Mammillaria dioica als kleiner höckeriger Kaktus mit weißen und dunklen Hakenstacheln sowie länglichen roten Früchten

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

Seine Oberfläche ist von weißen Stacheln bedeckt; dazwischen fallen längere dunkle Hakenstacheln auf.

Wenn die Früchte reifen, treten nahe der Sprossspitze leuchtend rote längliche Beeren hervor.

Für die Kumeyaay in Südkalifornien und Baja California waren diese Früchte eine bekannte Nahrung, die roh gegessen wurde.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

In der botanischen Klassifikation von Kew wird diese Art auch Cochemiea dioica genannt.

Der kleine Sukkulent wächst gewöhnlich einzeln oder in Gruppen weniger Stängel und erreicht etwa fünf bis fünfundzwanzig Zentimeter Höhe.

Anders als die flachen Glieder einer Opuntie ist sein Stängel zylindrisch und mit zahlreichen kleinen Höckern besetzt.

Auf jedem Höcker sitzt eine Gruppe gerader weißlicher Stacheln sowie ein oder mehrere zentrale Stacheln, die manchmal hakenförmig gebogen sind.

Die Blüten entstehen nahe der Spitze. Sie sind hellgelb, cremefarben oder weißlich und besitzen zahlreiche schmale Blütenblätter.

Die Frucht ist länglich, glatt und leuchtend rot. Sie sieht wie eine kleine Beere aus, nicht wie die kugeligere Frucht einer Opuntie.

Im Inneren befinden sich kleine dunkle Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Mammillaria dioica als heimischen Kaktus Südkaliforniens.

Er wächst in Küstensalbei-Gebüschen, felsigem Chaparral, an trockenen Hängen und in einigen Wüstengebieten von San Diego und Imperial County.

In Anza-Borrego und anderen geschützten Naturgebieten kann man Pflanzen sehen. Das bedeutet jedoch nicht, dass ihre Früchte gesammelt werden dürfen.

Auf den Ebenen von Sacramento kommt die Art nicht natürlich vor.

Häufig stehen die kleinen Kakteen unter niedrigeren Sträuchern, die sie vor der stärksten direkten Sommersonne schützen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In Südkalifornien fällt die Blüte hauptsächlich in das Frühjahr und den Frühsommer, gelegentlich in Zeiten nach Regenfällen.

Die roten Früchte entstehen danach während der warmen Jahreszeit.

In trockenen Jahren kann die Ernte vollständig ausfallen.

Deshalb darf der Reifegrad nicht allein nach einem Kalendermonat beurteilt werden.

Eine reife Frucht ist kräftig rot gefärbt und weicher als ein unreifes Exemplar.

An verschiedenen Stängeln können gleichzeitig Knospen und Früchte auftreten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife rote Früchte.

Ein ethnobotanischer Führer des San Diego Archaeological Center, der sich auf Untersuchungen zur Nahrung der Kumeyaay stützt, berichtet vom Verzehr der Früchte von Mammillaria dioica.

Botanische Materialien beschreiben diese Früchte ausdrücklich als roh essbar.

Nach sicherer Bestimmung der Kaktusart kann ausschließlich die weiche, vollständig reife rote Frucht verwendet werden, ohne die Stacheln des Stängels zu berühren.

Man kann sie frisch essen. Ihr Geschmack wird manchmal mit einer Mischung aus Erdbeere und Kiwi verglichen.

Stängel, Stacheln und unreife Früchte sind keine bestätigte Nahrung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Mammillaria tetrancistra und andere kleine Kakteen können ebenfalls ähnliche Hakenstacheln besitzen.

Opuntien tragen deutlich flache Glieder. Bei einigen Echinocereus-Arten sind die Blüten größer und die Stängel besitzen ausgeprägte Längsrippen.

Ein kleiner Stängel mit Höckern reicht für die Bestimmung deshalb nicht aus.

Wichtig sind die Form der zentralen Stacheln, die hellen Blüten, die längliche rote Frucht und der genaue Standort.

Kakteen wachsen langsam. Eine Pflanze für wenige Früchte auszugraben oder zu beschädigen ist nicht vertretbar.

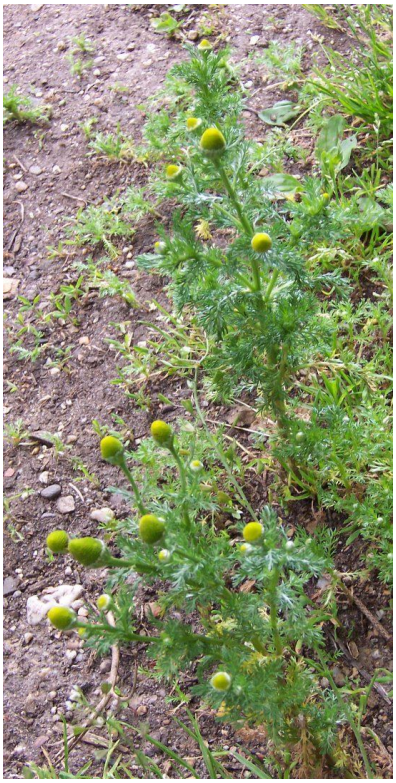
QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5357
- https://sandiegoarchaeology.org/baja-and-california/etnobiologia/
- https://www.desertmuseum.org/books/nhsd_cactus_.php

Strahlenlose Kamille — ananasduftende grüne Blütenköpfchen · Matricaria discoidea

Matricaria discoidea

Auf festgetretenen Wegen, offenen Brachen und an Gartenpfaden wächst ein niedriges Kraut mit zarten, beinahe spitzenartigen Blättern.



Matricaria discoidea mit fadenfein geteilten Blättern und kleinen grünlichgelben konischen Blütenköpfchen ohne weiße Zungenblüten

Eike Wulfmeyer · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Seine kleinen grünlichgelben Blütenköpfchen sehen anders aus als gewöhnliche Kamillenblüten: Weiße Randblüten fehlen vollständig.

Wenn man an einer bereits bestimmten Pflanze vorsichtig ein Köpfchen zerreibt, tritt ein fruchtiger Geruch hervor, der an Ananas erinnert.

Diese Art wird als Strahlenlose Kamille oder Ananaskamille bezeichnet. Ihre frischen Blütenköpfchen werden roh, in kleiner Menge, als duftende Nahrungsergänzung genutzt.



Matricaria discoidea mit fadenfein geteilten Blättern und kleinen grünlichgelben konischen Blütenköpfchen ohne weiße Zungenblüten

Jacques Maréchal · CC BY-SA 2.0 fr · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die einjährige Pflanze ist gewöhnlich fünf bis dreißig Zentimeter hoch.

Aus ihrer Basis wachsen ein oder mehrere weiche grüne Stängel.

Die wechselständigen Blätter sind tief zwei- bis dreifach geteilt und besitzen sehr schmale, beinahe fadenförmige Abschnitte.

Am Anfang bilden die Blätter eine kleine Rosette, später stehen sie an den verzweigten Trieben.

Jeder Blütenstiel trägt ein gewölbtes ovales oder kegelförmiges Köpfchen aus winzigen grünlichgelben Röhrenblüten.

Weiße äußere Zungenblüten sind nicht vorhanden.

Die Köpfe sehen häufig wie kleine grüne Fingerhüte aus.

Alle oberirdischen Teile können fruchtig-krautig riechen, besonders jedoch die Blütenstände.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Matricaria discoidea als heimische Art Kaliforniens und verzeichnet mehr als zweitausend Beobachtungen.

Sie wächst an der Küste, in inneren Tälern, rund um Sacramento, in Vorgebirgen und auch in bewohnten Bergregionen.

Typische Standorte sind offene gestörte Flächen, Wegränder, Plätze mit verdichtetem Boden, Höfe und Weiden.

Gerade diese Lebensräume können verschmutzt sein.

Auf Parkplätzen, Hundeauslaufplätzen und mit Herbiziden behandelten Rasenflächen werden deshalb keine Pflanzen gesammelt.

Der Standort muss sauber und für eine legale Ernte zugänglich sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Sacramento Valley können die Samen nach Winterregen keimen.

Die jungen Pflanzen wachsen im Winter und Frühjahr. Die auffälligen Blütenköpfchen erscheinen vor allem im Frühjahr und Frühsommer.

An der Küste und in kühleren Gebirgen kann sich die Blüte bis in den August hinziehen.

Auf heißen trockenen Flächen vergilben die weichen Triebe rasch.

Für die Nahrung werden frische saubere Köpfchen verwendet, bevor sie braun werden, sich entleeren oder Schimmel ansetzen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blütenköpfchen. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass die Köpfe von Matricaria discoidea roh gegessen werden können.

Sie besitzen einen ungewöhnlichen süßlich-würzigen Duft und einen leicht krautigen Geschmack.

Wenige frische Köpfchen reichen als Aroma für kalte Speisen. Sie können ganz oder fein geschnitten hinzugefügt werden.

Penn State Extension erwähnt auch die Essbarkeit der Blätter.

Für die praktische rohe Feldnahrung empfiehlt dieser Artikel jedoch vor allem die jungen frischen Blütenköpfchen, deren Rohverzehr artspezifisch beschrieben ist.

Trockene grobe Teile, Wurzeln und Samen werden hier nicht als eigenständige bestätigte Nahrung aufgeführt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Echte Kamille Matricaria chamomilla besitzt während der Blüte gut sichtbare weiße äußere Zungenblüten. Bei Matricaria discoidea fehlen sie.

Auch Rainfarn und einige Beifuß-Arten bilden kleine gelbe Köpfchen. Ihre Blätter und Blütenstände sind jedoch anders gebaut, und ein Verzehr kann unsicher sein.

Ein Geruch nach Ananas allein darf nicht zur Artbestimmung dienen.

Entscheidend sind stark geteilte Blätter, das Fehlen weißer Randblüten, die Form des Blütenköpfchens und der insgesamt niedrige Wuchs.

Bei einer Allergie gegen die Familie der Korbblütler wird auf den Verzehr verzichtet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11825
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Matricaria+matricarioides
- https://extension.psu.edu/pineappleweed

Hopfenklee — kleine gelbe Blüten und zarte dreiteilige Blätter · Medicago lupulina

Medicago lupulina

Auf einer Frühlingswiese sieht man zwischen anderen Kräutern gelegentlich niedrige kriechende Triebe mit dreiteiligen Blättern und kleinen Gruppen gelber Blüten.



Medicago lupulina mit kleinen dreiteiligen Blättern, gelben Blütengruppen und dunklen reifen kurzen Hülsen

Atubeileh (Arabic Wikipedia uploader) · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Im Sommer werden manche Blütengruppen zu dunklen, beinahe schwarzen kleinen Hülsenfrüchten.

Dies ist Medicago lupulina, auch Hopfenklee oder Schwarze Luzerne genannt.

Junge Blätter und Blüten werden frisch gegessen. Sie besitzen allerdings eine gewisse Bitterkeit und eignen sich eher als geringe Beigabe als wie eine größere Portion milder Gartensalat.



Medicago lupulina mit kleinen dreiteiligen Blättern, gelben Blütengruppen und dunklen reifen kurzen Hülsen

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze ist einjährig oder kurzlebig ausdauernd und gehört zu den Hülsenfrüchtlern.

Ihre Triebe liegen gewöhnlich am Boden oder richten sich leicht auf und erreichen ungefähr zehn bis fünfzig Zentimeter Länge.

Jedes Blatt besteht aus drei kleinen Blättchen.

Diese sind rundlich oder verkehrt eiförmig und besitzen manchmal eine winzige Einkerbung an der Spitze. Kleine Zähne sitzen häufig besonders nahe dem oberen Rand.

Die Oberfläche ist oft mit kurzen weichen Haaren bedeckt. An der Basis des Blattstiels sind Nebenblätter zu erkennen.

Die kleinen leuchtend gelben Blüten stehen in dicht gedrängten Gruppen auf dünnen Stielen.

Jede einzelne Blüte besitzt die für Hülsenfrüchtler typische schmetterlingsartige Form.

Nach der Blüte wachsen kurze, leicht gebogene Hülsen mit gewöhnlich einem Samen heran.

Bei Reife werden sie braun bis beinahe schwarz.

Gerade die Kombination aus gelben kleinen Blütengruppen und dunklen winzigen Früchten erleichtert die Bestimmung.

Bei ausreichender Feuchtigkeit bildet der Hopfenklee eine niedrige grüne Bodendecke. In Hitze und Trockenheit kann er schnell vertrocknen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In Kalifornien ist Medicago lupulina eine eingeführte Art offener grasiger und gestörter Standorte, unter anderem auf Rasenflächen, an Weiderändern und auf Wiesen.

Sie bevorzugt lockeren oder mäßig verdichteten Boden mit saisonaler Feuchtigkeit, aber keine dauerhaft überschwemmten Standorte.

Auf geeigneten Wiesen wächst sie manchmal zusammen mit Klee und anderen niedrigen Hülsenfrüchtlern.

Große Bestände treten eher auf Lichtungen und offenen Hängen als in dicht geschlossenen Wäldern auf.

Pflanzen von Straßenrändern und chemisch behandelten Rasenflächen eignen sich wegen Schadstoffen nicht zur Nahrung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Spätherbst bis Frühjahr: Nach Regenfällen entstehen junge Triebe und zarte dreiteilige Blätter.

In tieferen Regionen kann diese Phase bereits im Winter beginnen, in kühleren Gegenden erst im Frühjahr.

Frühjahr bis Frühsommer: Kleine leuchtend gelbe Blüten erscheinen. Solange die Pflanze aktiv auf feuchtem Boden wächst, bleiben die Blätter meist weicher.

Sommer bis Herbst: An einigen Pflanzen entstehen kleine schwarze Hülsen. Auf trockenen Flächen werden die Blätter schnell grob und vertrocknen.

Die Samen gehören nicht zur empfohlenen rohen Nahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future beschreibt ihren Rohverzehr ausdrücklich in kleinen Mengen.

Der Geschmack erinnert an mildes Hülsenfruchtgrün, kann jedoch deutlich bitter oder scharf ausfallen.

Sie sind eine kleine Zugabe zu frischem Blattgrün und kein grundlegendes Gemüse für große Portionen.

Gelbe Blüten. Auch sie werden frisch gegessen. Man nimmt kleine Gruppen weicher Blüten von ihren Stielen.

Ihr Geschmack kann etwas milder als der der Blätter sein. Die Verfügbarkeit ist auf die Blütezeit begrenzt.

Samen. Für Medicago-Arten sind Einschränkungen im Zusammenhang mit Canavanin und anderen bioaktiven Stoffen bekannt.

Die Sicherheit eines regelmäßigen Rohverzehrs der Samen gerade dieser Art ist nicht ausreichend belegt. Deshalb werden dunkle reife Hülsen nicht gegessen.

Hopfenklee ist eine eher ertragsarme Wildnahrung. Seine Pflanzenteile sind klein, der Geschmack schwankt. Saponine und andere Bestandteile machen ihn für große tägliche Portionen ungeeignet.

Wichtig sind das junge Entwicklungsstadium und sauberer Boden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Medicago polymorpha besitzt ebenfalls dreiteilige Blätter und gelbe Blüten, bildet jedoch deutlich spiralig gewundene Früchte mit möglichen Hakenstacheln.

Die Hülsen von Medicago lupulina sind kleiner, nierenförmig oder leicht gebogen, dunkel und besitzen keine großen spiraligen Stachelwindungen.

Trifolium dubium ähnelt durch kleine gelbe Blüten besonders stark. Seine Früchte und der Blütenstand unterscheiden sich jedoch von den dunklen Hülsen des Hopfenklees.

Bei Trifolium repens sind die Blüten weiß und gewöhnlich größer.

Drei Blättchen allein bestimmen keine Pflanzenart. Blüten und möglichst auch reife Früchte sind nötig.

QUELLEN

- UC IPM — Black Medic: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/black-medic/
- Plants For A Future — Medicago lupulina: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Medicago+lupulina
- Wisconsin Extension — Black Medic: https://hort.extension.wisc.edu/articles/black-medic-medicago-lupulina/
- University of Florida IFAS — Black Medic: https://ask.ifas.ufl.edu/publication/EP664

Schneckenklee — zarte dreiteilige Blätter und stachelige Spiralhülsen · Medicago polymorpha

Medicago polymorpha

Auf Wiesen und entlang von Wegen im Sacramento Valley wächst nach den Winterregen ein niedriges grünes Kraut mit Blättern aus je drei kleinen Blättchen.



Medicago polymorpha mit dreiteiligen Blättern, winzigen gelben Blüten und stark gewundenen stacheligen Spiralhülsen

John Tann · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr erscheinen winzige gelbe Blüten. Danach entwickeln sich ungewöhnliche spiralig gewundene Früchte, die mit kleinen Haken besetzt sind.

Dies ist Medicago polymorpha, der Schneckenklee, in Kalifornien auch Burclover genannt. Trotz der englischen Bezeichnung California burclover ist die Pflanze hier nicht heimisch: Sie stammt aus dem Mittelmeerraum.

Junge Blätter und frische Blüten können ohne Erhitzen gegessen werden. Die reifen stacheligen Hülsen sind dagegen keine Nahrung.



Medicago polymorpha mit dreiteiligen Blättern, winzigen gelben Blüten und stark gewundenen stacheligen Spiralhülsen

Ixitixel (Christian Hummert) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Schneckenklee ist ein einjähriges Kraut, gewöhnlich niedrig und ausgebreitet, auf feuchtem lockerem Boden manchmal bis ungefähr einen halben Meter hoch.

Die dünnen grünen Stängel verzweigen sich von der Basis aus und können auf dem Boden entlangliegen.

Die Blätter stehen wechselständig. Jedes besteht aus drei rundlichen bis verkehrt eiförmigen Blättchen, deren kleine Zähnchen vor allem im oberen Bereich sitzen.

Auf dem mittleren Blättchen befindet sich gelegentlich eine helle Zeichnung.

An der Blattstielbasis stehen Nebenblätter, die häufig deutlich gezähnt sind.

Die sehr kleinen gelben Schmetterlingsblüten wachsen zu wenigen in den Blattachseln.

Das auffälligste erwachsene Merkmal entsteht nach der Blüte: Die Früchte bilden enge Spiralen, wie winzige grüne Schneckenhäuser, und tragen zahlreiche dünne hakenförmige Stacheln.

Bei der Reife werden diese Spiralen braun und bleiben an Socken, Tierfell und Kleidung hängen.

Es handelt sich nicht um eine gewöhnliche lange glatte Erbsenhülse.

In der trockenen Reifephase bleibt häufig eine rauhe stachelige Bodendecke zurück, während die Blätter ihre Zartheit verlieren.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Tausende Beobachtungen von Medicago polymorpha in nahezu allen Teilen Kaliforniens und führt die Art ausdrücklich als nicht heimisch.

Aus Sacramento County sind ebenso zahlreiche Funde bekannt wie aus Yolo, Placer, Butte und vielen südlichen Countys.

Übliche Standorte sind Weiden, Straßenränder, ältere Rasenflächen, Brachen und gestörte grasige Böden.

Nach einem feuchten Winter kann die Pflanze besonders in der Sonne dichte niedrige grüne Flächen bilden.

Auf beweideten Flächen können rohe Blätter durch Tierkot verunreinigt sein. Auf behandelten Rasenflächen besteht Herbizidgefahr.

Auch ein häufig vorkommendes Wildkraut darf auf Privatgrund nicht ohne Erlaubnis gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach ergiebigen Herbstregen keimen die Pflanzen. Sie wachsen im Winter und zu Beginn des Frühjahrs.

Im Sacramento Valley sind besonders zarte junge Blättchen je nach Wetter gewöhnlich von Dezember bis März verfügbar.

Die Blüte beginnt häufig gegen Ende des Winters und im Frühjahr.

Bald nach den kleinen gelben Blüten entstehen grüne spiralige Hülsen. Diese werden allmählich hart und stachelig.

Bis Mai oder Juni vertrocknen die meisten Pflanzen auf offenen sonnigen Flächen und hinterlassen ihre anhaftenden Fruchtschnecken.

Im kühleren Küstenklima kann sich die Entwicklung länger hinziehen.

Die beste Zeit für rohe Nahrung liegt vor der massenhaften Bildung harter Dornen, wenn die Blätter weich sind und die Blüten sich gerade öffnen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr.

Sie erinnern etwas an Klee, schmecken mild krautig und manchmal leicht bitter.

Eine kleine Menge kann abgezupft, mit sauberem Trinkwasser gewaschen und unter anderes kaltes Grün gegeben werden.

Ältere Blätter sind fester. Deshalb wird nicht die gesamte ausgewachsene Pflanze gesammelt.

Kleine gelbe Blüten. Auch deren Rohverzehr ist im artspezifischen Führer dokumentiert.

Sie sind winzig und besitzen einen milden Geschmack. Als Nahrung sind sie eine geringe saisonale Ergänzung.

Von Weiden mit Mist und anderer Verschmutzung werden keine Blüten gesammelt.

Samen und Hülsen. Die Quelle beschreibt Samen als zubereitete Nahrung. Das ist kein Beleg für rohen Verzehr.

Reife spiralige Hülsen sind zudem mit Hakenstacheln bedeckt, die den Mund verletzen können.

Sie dürfen nicht zerkaut werden, auch wenn an derselben Pflanze noch einzelne grüne Blättchen hängen.

In einigen Mittelmeerregionen wurde Medicago polymorpha traditionell als Frühlingsgrün genutzt. In Kalifornien ist sie eingebürgert und als Wildkraut verbreitet. Für die Ernährung ohne Feuer sind ausschließlich die jungen oberirdischen Teile mit bestätigtem Rohverzehr relevant.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Trifolium repens, der Weißklee, besitzt ebenfalls drei Blättchen, trägt aber weiße kugelige Blütenköpfchen und keine stacheligen Spiralfrüchte.

Trifolium pratense ist höher und bildet rosa bis purpurne Blütenköpfchen.

Weitere Medicago-Arten besitzen gelbe Blüten und gewundene Hülsen, unterscheiden sich jedoch in Form der Haken, Zahl der Windungen und Blattgröße.

Anhand eines einzigen jungen dreiteiligen Blattes ist die Art schwer sicher zu bestimmen.

Es ist hilfreich, die Blüten und zumindest an benachbarten Exemplaren derselben sicher bestimmten Population die charakteristischen Spiralfrüchte zu sehen.

Drei Blättchen allein sind kein Beweis für Essbarkeit.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5385
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=5385
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Medicago+polymorpha

Saat-Luzerne — junge Blätter und weiche Triebspitzen alter Felder · Medicago sativa

Medicago sativa

An Rändern alter Felder, auf Wiesen und nahe Gräben stehen manchmal grüne Pflanzen mit dreiteiligen Blättern und kleinen violetten Blüten.



Medicago sativa mit aufrechten Stängeln, dreiteiligen Blättern und kurzen Trauben violetter Schmetterlingsblüten

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Medicago sativa, die Saat-Luzerne, eine der bekanntesten ausdauernden Futterpflanzen Kaliforniens. Sie kann örtlich aus dem Anbau verwildern.

Ihre jungen Blätter sind auch frisch essbar, aber nur in kleinen Mengen.

Ein hoher Nährstoffgehalt beseitigt weder die Wirkung pflanzeneigener Inhaltsstoffe noch die Gefahren durch landwirtschaftliche Belastungen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde Pflanze mit kräftiger tiefer Wurzel. Daraus wachsen jedes Jahr mehrere aufrechte oder aufsteigende Triebe, gewöhnlich ungefähr dreißig bis neunzig Zentimeter hoch.

Die wechselständigen Blätter bestehen jeweils aus drei schmal ovalen Blättchen.

Nahe der Spitze besitzen sie häufig kleine Zähne. An der Blattstielbasis stehen schmale Nebenblätter.

Die violetten, lilafarbenen oder manchmal blauen Schmetterlingsblüten wachsen in kurzen Trauben auf relativ langen Blütenstielen.

Jede Blüte besitzt ein großes oberes Blütenblatt, zwei seitliche Blätter und weitere für Hülsenfrüchtler typische Strukturen.

Nach der Bestäubung entsteht eine kleine spiralig gewundene Hülse mit einigen Windungen und mehreren Samen.

Die jungen Triebe sind weich; ältere werden nahe der Basis zunehmend holzig.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Medicago sativa als nicht heimische Art Kaliforniens und nennt Hunderte Beobachtungen.

Der größte Teil der Pflanzen wächst auf landwirtschaftlichen Futterfeldern. Selbstaussaat kann aber an Feldrändern, alten Bewässerungskanälen und auf offenen Wiesen auftreten.

Im Sacramento Valley lässt sich Luzerne in Agrarlandschaften häufig sehen.

Gerade dort sind jedoch Behandlungen mit Herbiziden und anderen landwirtschaftlichen Mitteln möglich.

Felder gehören ihren Eigentümern. Ohne deren Erlaubnis darf dort nicht gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Winterregen oder mit dem wärmeren Frühjahr wachsen neue Triebe aus der Wurzel.

Ihre zartesten Blätter erscheinen im Frühjahr und Frühsommer.

Danach strecken sich die Triebe, blühen und werden gröber.

Bei ausreichend Feuchtigkeit kann nach der Mahd oder nach Regen ein neuer junger Austrieb entstehen.

Die Blüte fällt gewöhnlich in das späte Frühjahr und den Sommer, kann im warmen Klima jedoch länger dauern.

Für rohe Nahrung eignen sich die jüngsten gesunden, staubfreien Blätter.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebspitzen.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich deren Rohverzehr für Medicago sativa.

Sie schmecken mild und etwas grasig. Wenige junge Blätter lassen sich fein schneiden und zu anderem frischem Grün geben.

Die rohe Portion sollte klein bleiben.

Luzerne enthält Saponine. Größere Mengen können unerwünschte Reaktionen auslösen. Für Menschen mit bestimmten Autoimmunerkrankungen sind besondere Einschränkungen wichtig.

Sprossen aus Luzernesamen werden zwar häufig roh als Salatzutat verwendet, doch während der Keimung können Samen gefährliche Bakterien übertragen.

Das Keimen zufällig gesammelter Samen wird hier deshalb nicht empfohlen.

Harte ältere Stängel und reife Samenhülsen gehören nicht zur Liste bestätigter roher Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Medicago polymorpha wächst meist niedrig und ausgebreitet. Ihre Früchte bilden auffällige stachelige Spiralen, während die Saat-Luzerne gewöhnlich höhere Stängel und vorwiegend violette Blüten besitzt.

Kleearten der Gattung Trifolium tragen dichtere rundliche Blütenköpfchen und anders gebaute Früchte.

Nicht jede Pflanze mit drei Blättchen ist essbare Luzerne. Unter den Hülsenfrüchtlern gibt es Arten mit problematischen oder giftigen Inhaltsstoffen.

Für die sichere Bestimmung werden Blätter, Blütentrauben und ausgereifte Früchte zusammen betrachtet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5387
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Medicago+sativa

Zitronenmelisse — frische zitronenduftende Blätter an alten Gärten · Melissa officinalis

Melissa officinalis

In einem alten kalifornischen Garten findet sich gelegentlich ein Kraut, dessen breite grüne Blätter beim leichten Zerreiben nach Zitrone duften.



Melissa officinalis mit vierkantigen Stängeln, breiten herzförmigen gezähnten Blättern und kleinen weißen Blüten

Mockingbird291 · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer öffnen sich entlang der Stängel winzige weißliche Blüten, die zwischen den gezähnten Blättern beinahe verschwinden.

Das ist Melissa officinalis, die Zitronenmelisse oder Lemon Balm.

Sie ist in Kalifornien nicht heimisch: Meist wurde sie ursprünglich bei Wohnhäusern angebaut und breitete sich anschließend in deren Nähe aus.



Melissa officinalis mit vierkantigen Stängeln, breiten herzförmigen gezähnten Blättern und kleinen weißen Blüten

Alex Abair · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Frische Blätter können roh als duftende Beigabe zu kalten Speisen und zu Trinkwasser verwendet werden.

Nicht jedes nach Zitrone duftende Gartenkraut ist jedoch Zitronenmelisse.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde krautige Pflanze aus der Familie der Lippenblütler, gewöhnlich einige Dutzend Zentimeter hoch.

Der Stängel ist vierkantig, etwas verzweigt und fein behaart.

Die Blätter sitzen gegenständig in Paaren. Sie sind breit eiförmig bis herzförmig, am Rand deutlich gezähnt und besitzen ein dichtes Netz von Adern, das ihre Oberfläche etwas runzlig erscheinen lässt.

Besonders an den unteren Blättern sind die Blattstiele deutlich zu sehen.

Oberseits ist das Laub kräftig grün, unterseits heller und manchmal stärker behaart.

Die kleinen weißen oder blassgelben Blüten sitzen in Gruppen in den Blattachseln. Ihre Krone ist zweilippig.

Nach der Blüte entstehen winzige trockene nussartige Teilfrüchte, keine saftigen Beeren.

Die unterirdische Basis überlebt den Winter und lässt im Frühjahr neue Triebe wachsen.

Junge Triebspitzen riechen oft besonders angenehm. Der Duft allein beweist aber nicht die Art.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Melissa officinalis als nicht heimische Art Kaliforniens, die auf gestörten Flächen beobachtet wurde.

Mit nur einigen Hundert Beobachtungen darf sie nicht als überall verbreitete Wildpflanze dargestellt werden.

Am ehesten wächst sie in alten Gärten, an Rändern bewässerter Flächen, bei verlassenen Höfen oder nahe Ufern und Wohnhäusern.

Im Sacramento Valley vertrocknet sie im Sommer leicht, wenn der Boden nicht feucht genug bleibt.

In einem schattigen bewässerten Garten kann sie dagegen lange grün bleiben.

Ein Bestand nahe einem Zaun steht häufig auf Privatgrund. Für die Ernte benötigt man die Erlaubnis der Eigentümer.

An solchen Standorten können auch Düngemittel und Pflegechemikalien eingesetzt worden sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach dem kühlen Winter entwickeln sich aus der Basis weiche neue Blätter.

Besonders gut sind sie im Frühjahr zu finden, bevor die Triebe hoch werden.

Im Sommer wächst die Melisse bei ausreichender Feuchtigkeit weiter und trägt kleine helle Blüten.

Nach der Blüte können die unteren Blätter fester werden.

Während langer Hitze altert das oberirdische Grün; auf trockenem Boden kann ein Teil der Pflanzen verschwinden.

Nach Bewässerung und kühlerem Wetter kann im Herbst erneut weiches Laub wachsen.

Die Blätter sind während des Wachstums die wichtigste Nahrung. Die jüngsten besitzen jedoch meist den angenehmsten Duft und die zarteste Textur.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich.

Sie besitzen einen angenehmen Zitronenduft und einen schwach würzigen Geschmack.

Einige Blätter lassen sich fein schneiden und zu kaltem Blattgemüse, frischen Früchten oder rohem Gemüse geben.

Eine zu große Portion überdeckt den Geschmack der übrigen Lebensmittel. Daher wird Zitronenmelisse eher als Gewürzkraut denn als große Salatgrundlage genutzt.

Kaltes Wasser mit Blättern. Saubere Blätter können leicht zerdrückt und kurz in Trinkwasser gelegt werden.

Das Wasser wird anschließend frisch getrunken. Es handelt sich nicht um heißen Tee und nicht um einen medizinischen Aufguss; kochendes Wasser ist nicht notwendig.

Botanische Quellen beschreiben auch ätherisches Zitronenmelissenöl und medizinische Anwendungen.

Konzentrierte Öle dürfen jedoch nicht als gleichwertig mit gewöhnlichen frischen Blättern betrachtet werden.

Für Blüten, Samen und Wurzeln liegt in den verwendeten artspezifischen Quellen nicht derselbe eindeutige Beleg für rohen Nahrungsverzehr vor. Sie werden daher nicht als Nahrung aufgeführt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Grüne Minze Mentha spicata besitzt gewöhnlich schmalere Blätter mit spitzeren Zähnen und Blüten in endständigen Ähren.

Die Zitronenmelisse hat dagegen breite herzförmige Blätter und Blütengruppen in den Blattachseln.

Einige Zierpflanzen aus der Familie der Lippenblütler tragen ebenfalls vierkantige Stängel und duften nach Zitrone, unterscheiden sich aber in Art und Eigenschaften.

Unbekannte Pflanzen dürfen nicht anhand ihres Geruchs allein gesammelt werden.

Für die Bestimmung werden ganzer Stängel, Blätter, Blüten und Standort zusammen beurteilt.

Auf chemisch behandelten Gartenflächen können äußerlich saubere Blätter trotzdem ungeeignet sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5408
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Melissa+officinalis

Kanadische Minze — wilde Minzblätter an feuchten Wiesen · Mentha canadensis

Mentha canadensis

An feuchten Waldrändern, Bächen und am Rand von Sümpfen wächst ein niedriges Kraut mit aufrechten Stängeln und einem vertrauten kühlen Minzduft.



Mentha canadensis mit gegenständigen gezähnten Blättern, vierkantigen Stängeln und rosa Blütenquirlen in den Blattachseln

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Seine Blätter stehen paarweise gegenüber. Kleine rosa bis lilafarbene Blüten sitzen in Gruppen in den Achseln der oberen Blätter.

Dies ist eine heimische Wildminze, die in älteren botanischen Materialien auch als Mentha arvensis var. canadensis und Mentha arvensis var. villosa bezeichnet wird.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde krautige Pflanze mit kriechenden unterirdischen Rhizomen und aufrechten oberirdischen Stängeln, gewöhnlich fünfzehn bis fünfzig Zentimeter hoch.



Mentha canadensis mit gegenständigen gezähnten Blättern, vierkantigen Stängeln und rosa Blütenquirlen in den Blattachseln

Mjhuft · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Der Stängel ist vierkantig und oft weich behaart.

Die gegenständigen Blätter sind lanzettlich bis eiförmig. Ihre Ränder tragen deutliche Zähne, die kurzen Blattstiele sind gut sichtbar.

Beim Zerreiben einer sicher bestimmten Pflanze tritt der typische Minzduft hervor.

Die kleinen Blüten besitzen röhrenförmige zweilippige Kronen, meist rosa oder lila.

Sie stehen in dichten Gruppen beziehungsweise Quirlen in den Blattachseln.

Im Gegensatz zu vielen Gartenminzen entwickelt die Kanadische Minze gewöhnlich keine lange gesonderte endständige Blütenähre.

Nach der Blüte entstehen im Kelch winzige nussartige Teilfrüchte.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Mentha canadensis als heimische kalifornische Art mit mehreren Hundert Beobachtungen.

Sie wächst in kühlen feuchten Bereichen, an Ufern von Bächen, Seen und Sümpfen sowie auf feuchten Wiesen nördlicher Countys und in Bergtälern.

Im trockenen Zentrum des Sacramento Valley gibt es vergleichsweise wenige geeignete natürliche Standorte.

Man sollte sie deshalb nicht auf jeder Brache erwarten.

Wasserläufe bei Straßen, Abwassereinleitungen oder Viehweiden eignen sich wegen möglicher Verunreinigung nicht für eine rohe Ernte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Triebe wachsen aus den Rhizomen im Frühjahr, sobald ausreichend Feuchtigkeit vorhanden ist.

Die zartesten Blätter entwickeln sich gewöhnlich vom Frühjahr bis zum Frühsommer.

Die Blüte fällt meist in den Sommer und kann bis zum frühen Herbst andauern.

An kühlen Bergstandorten verschieben sich diese Zeiten entsprechend der Schneeschmelze.

Nach kräftigen Herbst- oder Winterfrösten stirbt der oberirdische Teil ab. Die Rhizome überleben und treiben im folgenden Jahr neu aus.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blätter. Plants For A Future beschreibt rohe Blätter der amerikanischen Wildminze unter dem älteren Namen Mentha arvensis var. villosa als aromatische Beigabe zu Salaten.

Wenige Blätter genügen. Ihr Geschmack ist stark, kühl und leicht bitter.

Junge weiche Blätter können zerdrückt und in kaltes Trinkwasser gelegt werden. So entsteht ohne Erhitzen ein duftendes Getränk.

Der eindeutig bestätigte Nahrungsbestandteil sind jedoch die rohen Blätter selbst.

Blüten und Wurzeln werden hier nicht separat empfohlen, weil sich der artspezifische Verwendungsbeleg vor allem auf das Laub bezieht.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Mentha spicata entwickelt häufiger eine deutlich sichtbare endständige Blütenähre. Bei Mentha canadensis sitzen die Blütengruppen dagegen überwiegend in den Blattachseln.

Clinopodium douglasii ist ein kleines kriechendes Kraut mit deutlich kleineren runden Blättern.

Besonders wichtig ist die Unterscheidung von Mentha pulegium, der Polei-Minze. Sie kann ebenfalls stark nach Minze riechen, enthält jedoch gefährliche Substanzen.

Ein ähnlicher Duft reicht folglich niemals für die Bestimmung einer essbaren Minze.

Erforderlich sind die Merkmale von Stängel und Blättern, die Stellung der Blüten und der sichere botanische Name.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10635
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Mentha+arvensis+villosa
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mentha_canadensis_kz01.jpg

Pfefferminze — junge erfrischende Blätter alter feuchter Pflanzungen · Mentha × piperita

Mentha × piperita

In einer kühlen feuchten Ecke eines alten Gartens kann ein dichter Bestand duftender Kräuter überdauern.



Mentha × piperita mit vierkantigen purpurnen Stängeln, gezähnten gegenständigen Blättern und lila Blütenähren

H. Zell · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Beim Zerreiben eines Blattes entsteht ein sehr intensiver kühlender Minzduft mit einer deutlich pfeffrigen Note.

Gegen Ende des Sommers erscheinen über dem Laub kurze lilafarbene Blütenstände.

Dies ist die Pfefferminze, ein Hybrid aus Wasser- und Grüner Minze, der in Kalifornien gelegentlich verwildert.



Mentha × piperita mit vierkantigen purpurnen Stängeln, gezähnten gegenständigen Blättern und lila Blütenähren

Dinnye · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Ihre weichen Blätter werden roh als kleine würzige Beigabe gegessen. Konzentriertes ätherisches Öl darf nicht anstelle der Blätter verwendet werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde Pflanze mit kriechenden unterirdischen Trieben, die dichte Bestände bildet und gewöhnlich dreißig bis achtzig Zentimeter hoch wird.

Die aufrechten Stängel sind vierkantig, häufig etwas purpurn gefärbt, unbehaart oder nur schwach behaart.

Die Blätter stehen gegenständig in Paaren.

Sie sind eiförmig-lanzettlich, gewöhnlich drei bis acht Zentimeter lang, mit zugespitzter Spitze und deutlich gezähntem Rand. Sie besitzen kurze Blattstiele.

Bei Beschädigung geben sie einen kräftigen Mentholduft ab.

Die sehr kleinen rosa-lilafarbenen zweilippigen Blüten stehen in dichten Quirlen, die zusammen eine endständige Ähre bilden.

Unter einigen Blütengruppen können kleine Blätter sitzen.

Als Hybrid bildet die Pfefferminze selten keimfähige Samen. Sie breitet sich vor allem vegetativ über ihre Triebe aus.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Mentha × piperita als nicht heimischen ausdauernden Hybrid und verzeichnet ungefähr hundert Beobachtungen außerhalb von Kulturen.

Die Pflanze bleibt bei alten feuchten Gärten, Bewässerungskanälen, kühlen schattigen Waldrändern und Stellen erhalten, an denen früher Gartenstücke entsorgt wurden.

Ihre Bestände sind meist von anhaltender Bodenfeuchte abhängig.

An offenen trockenen Hängen werden sie schnell dünner.

Pfefferminze ist keine gewöhnliche Wildminze an sämtlichen kalifornischen Gewässern.

Im Bundesstaat kommen auch die heimische Mentha canadensis und weitere eingeführte Minzen vor.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Winterkälte erscheinen im Frühjahr neue Blätter.

Bei beständiger Bodenfeuchte entwickeln sich weiche Triebspitzen ungefähr von April bis zum frühen Herbst, besonders nach dem Austrieb neuer Seitenzweige.

Die Blütenstände öffnen sich gewöhnlich im Sommer und gegen Herbst.

Nach starker Hitze oder unzureichender Bewässerung werden die Blätter kleiner und härter.

Nach Regen kann der Bestand jedoch erneut austreiben.

Für rohe Nahrung wählt man wenige junge weiche Blätter, bevor das Laub im Herbst grob wird.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr für Mentha × piperita und einige ihrer Kulturformen.

Der Geschmack ist sehr kräftig und kühlend. Bereits zwei oder drei Blätter reichen für eine Portion kaltes Wasser oder für eine fertige Gemüsemischung.

Die Blätter können leicht zwischen den Fingern zerdrückt werden, damit ihr Aroma ohne Erhitzen in sauberes Trinkwasser übergeht.

An einem sauberen schattigen Ort lassen sie sich natürlich trocknen und als Gewürz aufbewahren.

Konzentriertes Pfefferminzöl wird nicht verwendet. In größeren Mengen kann es giftige Reaktionen auslösen.

Blütenähren und Wurzeln gehören nicht zu dieser artspezifischen Liste bestätigter roher Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Mentha spicata besitzt gewöhnlich ein grüneres, süßlicheres Aroma ohne die so starke Mentholkühle; ihre endständigen Blütenähren sind oft länger.

Mentha canadensis wächst in kühlen feuchten Lebensräumen und trägt ihre Blütenquirle häufig direkt in den Blattachseln.

Besonders gefährlich ist die Verwechslung mit Mentha pulegium, der Polei-Minze.

Diese muss anhand der Stellung ihrer Blüten, der ovalen Blätter und weiterer Merkmale ausgeschlossen werden.

Sie darf nicht als Nahrungsersatz für Pfefferminze verwendet werden, insbesondere nicht in konzentrierter Form.

Ein Minzgeruch allein reicht nicht aus, solange die erwachsene blühende Pflanze nicht sicher bestimmt ist.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5412
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mentha+x+piperita
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Mentha+x+piperita+officinalis

Grüne Minze — duftende Blätter an alten Gärten und Gräben · Mentha spicata

Mentha spicata

Bei einem alten Gemüsegarten oder am Rand eines feuchten Grabens in Kalifornien breitet sich gelegentlich eine Pflanze aus, deren Blätter beim vorsichtigen Zerreiben stark nach Minze duften. Im Sommer tragen die Triebspitzen schmale Ähren mit zahlreichen winzigen lilafarbenen Blüten.



Mentha spicata mit gegenständigen gezähnten Blättern und schmaler Ähre aus kleinen rosa-lila Blüten

Schumi4ever · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Das ist Mentha spicata, die Grüne Minze oder Spearmint. Sie ist keine heimische Wildminze Kaliforniens, sondern eine aus der Gartenkultur verwilderte Pflanze. Frische Blätter können kalten Speisen und Trinkwasser zugesetzt werden. Entscheidend sind eine sichere Bestimmung und der Verzicht auf Pflanzen aus verunreinigten Gräben.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Grüne Minze ist eine ausdauernde krautige Pflanze mit kriechenden unterirdischen Ausläufern und aufrechten grünen Stängeln. Sie erreicht gewöhnlich dreißig bis achtzig Zentimeter Höhe.

Der Stängel ist vierkantig. Die Blätter stehen paarweise gegenüber; jedes folgende Blattpaar ist gegenüber dem vorherigen gedreht.



Mentha spicata mit gegenständigen gezähnten Blättern und schmaler Ähre aus kleinen rosa-lila Blüten

Bulgariana · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Die Blattspreiten sind länglich-eiförmig bis lanzettlich. Ihr Rand trägt ziemlich große spitze Zähne. Die Blattstiele sind kurz oder nahezu nicht vorhanden. Oberseits können die Blätter leicht runzlig, manchmal schwach behaart sein.

Im Sommer endet der Trieb in einer schmalen länglichen Ähre mit vielen kleinen rosa, lila oder weißlichen Blüten. Jede besitzt eine zweilippige Krone, auch wenn die Blüten aus der Ferne zu einem dichten Blütenstand verschmelzen.

Nach der Blüte entstehen winzige Nüsschen. Die unterirdischen Ausläufer wachsen seitlich weiter und bilden in einigem Abstand von der Mutterpflanze neue Stängel.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Mentha spicata var. spicata als nicht heimische ausdauernde Pflanze. Sie ist aus zahlreichen Countys dokumentiert, darunter Sacramento, Butte, Placer, Sonoma und Monterey.

Sie wächst bei alten Gärten, entlang feuchter Wege, an Bewässerungsgräben und Bächen sowie in bewässerten Beständen.

Auf trockenen offenen Hängen ohne Wasser bildet sie gewöhnlich keinen dauerhaft dichten Teppich.

Eine Pflanze in der Nähe eines Hauses geht häufig auf frühere Gartenkultur zurück und nicht auf eine ursprüngliche heimische Population.

Im kühleren Küstenklima kann Grüne Minze einen Großteil des Jahres grünes Laub behalten. In der Hitze eines unbewässerten Standortes welkt sie im Sommer rasch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr treiben aus den unterirdischen Ausläufern junge grüne Stängel aus.

Während des Wachstums erscheinen zarte Blätter. Sie können vor der Blüte geerntet werden, wenn ihr Aroma gewöhnlich besonders angenehm ist.

Im Sommer entwickelt die Pflanze verlängerte Blütenähren und blüht während der warmen Monate, stellenweise bis zum Herbst.

Nach Trockenheit oder Kälte altern die oberirdischen Pflanzenteile und sterben teilweise ab.

Bei Bewässerung können während eines großen Teils des Jahres neue weiche Blätter wachsen.

Für kalte Nahrung eignen sich vor allem die jungen Blätter vor der späten Blüte, nicht die groben älteren Blütenstängel.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Mentha spicata.

Sie sind sehr aromatisch und erfrischend, besitzen einen kühlen Minzgeschmack und manchmal eine leichte Süße.

Einige saubere Blättchen lassen sich in einen kalten Salat zupfen, frischen Früchten hinzufügen oder in Trinkwasser leicht zerdrücken, sodass ohne Erhitzen ein duftendes Getränk entsteht.

Grüne Minze wird als Gewürz verwendet, nicht als alleinige Nahrung in sehr großen Portionen.

Kaltes aromatisiertes Wasser. Frische Blätter können kurz in sauberem Trinkwasser ziehen und das Getränk noch am selben Tag getrunken werden.

Dies ist kein heißer Tee. In den Quellen werden auch Tee und ätherisches Minzöl beschrieben, aber Tee benötigt Hitze und konzentriertes ätherisches Öl darf nicht als Getränk oder Ersatz für frische Blätter verwendet werden.

Blütenähren, Wurzeln und reife Samen sind für diese Art nicht gesondert als rohe Nahrung bestätigt und werden deshalb nicht empfohlen.

Minze aus Abwassergräben oder von mit Herbiziden behandelten Ufern ist für den Verzehr ungeeignet.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wächst die heimische Mentha canadensis. Ihre Blütengruppen sitzen gewöhnlich anders, nämlich in den Blattachseln. Bei Mentha spicata befinden sich die Blüten dagegen hauptsächlich in einer verlängerten endständigen Ähre.

Die kultivierte Mentha × piperita besitzt häufig dunkleres Laub und einen anderen Duft. Minzhybriden lassen sich jedoch anhand eines einzelnen Geruchs schwer sicher bestimmen.

Besonders wichtig ist die Unterscheidung von Mentha pulegium, der Polei-Minze, deren ätherisches Öl hochgiftig ist.

Ein Duft, der „nach Minze“ riecht, belegt keine Sicherheit.

Für die Bestimmung betrachtet man Stängel, Blätter, Blütenstand und Standort gemeinsam.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=5416
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Mentha+spicata
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5416

Eiskraut — saftige Blätter mit glitzernden Blasenzellen · Mesembryanthemum crystallinum

Mesembryanthemum crystallinum

Auf salzhaltigen Hängen Südkaliforniens sieht man gelegentlich eine niedrige Pflanze, deren Oberfläche mit Millionen winziger Tautropfen bedeckt zu sein scheint.



Mesembryanthemum crystallinum mit fleischigen grünen Blättern und durchsichtigen perlenartigen Blasenzellen

Winfried Bruenken (Amrum) · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Selbst an einem sonnigen Tag verschwinden diese Tropfen nicht. Es sind durchsichtige Blasenzellen auf Blättern und Stängeln.

So sieht Mesembryanthemum crystallinum aus, das Kristall-Eiskraut, ein eingeführter einjähriger Sukkulent aus einer südafrikanischen Pflanzengruppe.

Junge fleischige Blätter und Stängel werden ohne Erhitzen gegessen. Ihr leicht salziger Geschmack bedeutet nicht, dass die Pflanze eine Quelle für Süßwasser wäre.



Mesembryanthemum crystallinum mit fleischigen grünen Blättern und durchsichtigen perlenartigen Blasenzellen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Diese einjährige krautige Pflanze wächst ausgebreitet und bildet meist einen niedrigen Teppich mit mehreren fleischigen Zweigen, die vom Grund ausgehen.

Die jungen Blätter sind grün, oval oder spatelförmig, dick und saftig. Sie sitzen an kurzen Stielen oder fast unmittelbar am Trieb.

Stängel und Blätter sind mit großen durchsichtigen Blasenzellen bedeckt. Unter Vergrößerung sehen diese wie kleine Glasperlen aus.

Mit zunehmendem Alter färben sich Teile der Pflanze rötlich, während die unteren Zweige dunkler werden.

Die Blüten sind vergleichsweise klein, weiß oder leicht rosa, mit vielen schmalen Kronblättern. Sie stehen einzeln oder in kleinen Gruppen.

Nach der Blüte bilden sich eher trockene sternförmige Fruchtkapseln, keine großen süßen Beeren.

Am Ende der Vegetationszeit kann die gesamte Pflanze rötlich und vertrocknet wirken.

Die auffallenden durchsichtigen Blasen sind ein besonders wichtiges Kennzeichen, das den meisten anderen kalifornischen Eiskrautarten fehlt.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Mesembryanthemum crystallinum als nicht heimische Art mit mäßigem invasivem Potenzial.

Besonders viele Beobachtungen stammen aus San Diego, Orange, Los Angeles, Ventura und Santa Barbara County. Weit entfernt von der südlichen Küste ist die Pflanze wesentlich seltener dokumentiert.

Sie besiedelt sonnige gestörte Böden, salzhaltige Flächen, küstennahe Hänge sowie sandige oder steinige Standorte.

Im Sacramento Valley ist sie kein massenhaft wachsendes Wildgemüse. Man sollte sie nicht als gewöhnliches Grün eines lokalen Süßwasserparks einordnen.

Auf manchen salzhaltigen Flächen kann das Kraut erhebliche Mengen Salz aufnehmen. Dies lässt sich auch am Geschmack der Blätter erkennen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen erscheinen vor allem an offenen sonnigen Stellen im milden Klima Südkaliforniens junge saftige Blätter.

In kalten oder sehr trockenen Jahren kann sich das Wachstum verzögern.

Im späten Frühjahr und Sommer entwickeln sich gewöhnlich die Blüten.

Die Blühzeiten aus anderen Breitengraden dürfen nicht ungeprüft auf Kalifornien übertragen werden. Entscheidend sind die örtlichen Beobachtungen.

Wenn der Boden austrocknet und sich Salze konzentrieren, verfärben sich die Blätter rötlich und werden gröber.

Junger zarter Austrieb eignet sich am besten für die kalte Verwendung. Alte trockene Stängel und Samenkapseln liefern nicht denselben Nahrungsteil.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge fleischige Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Mesembryanthemum crystallinum.

Die Blätter sind knackig und saftig, schmecken etwas säuerlich und salzig. Man kann sie in Stücke schneiden und in einer kleinen kalten Portion Blattgrün verwenden.

Die durchsichtigen Blasenzellen gehören zur Blattoberfläche und müssen nicht wie Stacheln entfernt werden.

Zarte grüne Stängel. Auch deren Rohverzehr ist im selben artspezifischen Führer bestätigt.

Geeignet sind ausschließlich junge saftige Teile, nicht alte faserige untere Zweige.

Früchte und Samen werden in manchen Nahrungspflanzenkatalogen erwähnt, aber eine sichere konkrete Methode ihres Rohverzehrs ist dort nicht beschrieben. Daher gehören sie nicht zur praktischen Nahrungsliste.

Blätter und Saft können viel Salz und organische Säuren enthalten. Große tägliche Portionen sind deshalb nicht empfehlenswert.

Auf belastetem Boden bei Industrieanlagen kann die Pflanze Schadstoffe aufnehmen. Durch Waschen lassen sich bereits im Gewebe gespeicherte Stoffe nicht zuverlässig entfernen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Mesembryanthemum nodiflorum besitzt schmalere zylindrische Blätter und kleine Blüten.

Carpobrotus edulis trägt größere dreikantige Blätter und deutlich größere Blüten.

Einige andere Pflanzen salzhaltiger Standorte besitzen gar keine breiten echten Blätter.

Die glitzernden Blasen erlauben zunächst nur eine Vermutung. Zur Bestimmung werden auch Blattbau, Verzweigung und Blüten geprüft.

Unbekannte Sukkulenten werden nicht nach ihrem salzigen Geschmack bestimmt.

Auf wiederhergestellten natürlichen Dünen kann die Ernte verboten sein. Standorte bei Straßen und Abwassergräben eignen sich ebenfalls nicht für rohe Nahrung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5460
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=5460
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Mesembryanthemum+crystallinum

Kojotenminze — violette Blütenköpfe für ein kaltes Kräutergetränk · Monardella villosa

Monardella villosa

An einem eher trockenen kalifornischen Waldrand wächst gelegentlich ein aromatisches Kraut mit graugrünen Blättern und kugeligen Köpfen rosa-lilafarbener Blüten.



Monardella villosa mit graugrünen gegenständigen Blättern und kugeligen Köpfen lila Lippenblüten

Eugene Zelenko · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Es steht zwischen Eichen und Sträuchern des Vorgebirges, wo die Regenzeit im Frühjahr noch grünes Wachstum ermöglicht und der Boden im Sommer schnell austrocknet.

Dies ist die Kojotenminze Monardella villosa.

Für diese Art ist eine besonders praktische Zubereitung ohne Feuer beschrieben: Frische Blätter und Blütenköpfe werden in sauberem kaltem Wasser ziehen gelassen.



Monardella villosa mit graugrünen gegenständigen Blättern und kugeligen Köpfen lila Lippenblüten

U.S. National Park Service (NPS) · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Kojotenminze ist eine ausdauernde krautige Pflanze mit mehreren dünnen Stängeln, gewöhnlich zwanzig bis sechzig Zentimeter hoch.

Die unteren Stängelabschnitte verholzen mit der Zeit.

Die Blätter stehen gegenständig. Sie sind klein, rundlich-oval bis länglich und wegen kurzer Haare oft graugrün.

Der Rand ist ganzrandig oder besitzt nur winzige Zähne.

Bei leichter Berührung der bereits bestimmten Pflanze verbreitet das Laub einen würzigen minzeartigen Geruch.

Die Blüten stehen am Ende der Triebe in kompakten beinahe kugeligen Köpfen mit auffälligen blattartigen Hochblättern.

Ihre röhrenförmigen Kronen sind blassrosa, lavendelfarben oder lila.

Mitten im Sommer heben sich die Blütenköpfe gut über den rundlichen grünen Horsten ab.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Monardella villosa ist in Kalifornien heimisch.

Calflora dokumentiert sie in Eichenwäldern des Vorgebirges und in Chaparral-Gesellschaften in den mittleren und nördlichen Regionen des Bundesstaats.

An felsigen Standorten kann sie dichte Gruppen bilden. In schattigen, dauerhaft nassen Niederungen ist sie hingegen nicht unbedingt häufig.

Einige geografische Unterarten und verwandte Monardella-Arten besitzen nur kleine Verbreitungsgebiete.

Deshalb muss ein ungewöhnliches Exemplar anhand der regionalen Flora genauer bestimmt werden.

In Schutzgebieten wird keine Pflanze gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Blätter wachsen nach Frühlingsregen und duften besonders angenehm, bevor die sommerliche Trockenheit einsetzt.

Die Blüte liegt gewöhnlich zwischen spätem Frühjahr und Sommer. In kühleren Vorgebirgen kann sie länger andauern.

In außergewöhnlich trockenen Jahren bleiben die Blätter kleiner und werden hart.

Für ein kaltes Getränk eignen sich frische grüne Blätter und geöffnete gesunde Blütenköpfe, nicht welke oder verschimmelte Pflanzenteile.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blätter und Blütenköpfe als kalter Aufguss.

Plants For A Future beschreibt ausdrücklich diese für Monardella villosa dokumentierte Verwendung: Die Blätter und Blütenköpfe werden in kaltem Wasser ziehen gelassen.

So entsteht ein duftendes Getränk mit einer milden würzigen Bitterkeit.

Ein Dokument der California Native Plant Society führt Blätter, Blüten und Samen dieser Art ebenfalls als essbar auf.

Für die vorsichtige praktische Nutzung im Gelände eignet sich jedoch vor allem die konkret bestätigte Zubereitung als kalter Aufguss.

Blätter und Blüten werden mit sauberen Fingern leicht zerdrückt und für kurze Zeit in sauberes kaltes Trinkwasser gelegt. Danach entfernt man die Pflanzenteile.

Der Verzehr von Wurzeln oder alten verholzten Stängeln ist nicht bestätigt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Monardella odoratissima und weitere Arten derselben Gattung besitzen ebenfalls dicht gedrängte Blütenköpfe und einen starken Geruch.

Die heimische Minze Mentha canadensis unterscheidet sich durch Blütenquirle in den Blattachseln anstelle der kugeligen endständigen Köpfe.

Clinopodium douglasii wächst sehr niedrig und kriechend und trägt seine Blüten einzeln in den Blattachseln.

Die Bestimmung erfolgt anhand von Blüten, Blättern und Standort, nicht nur nach dem würzigen Duft.

Unbekannte Arten von Salvia oder Monardella werden ohne genaue Bestimmung nicht verwendet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5665
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Monardella+villosa
- https://cnps-yerbabuena.org/wp-content/uploads/Container-Native-Plants-San-Francisco-CNPS-YB_sm.pdf

Quellkraut — weiches grünes Kraut an sauberen Bächen · Montia fontana

Montia fontana

An kalten Bächen und auf nassen Bereichen kalifornischer Bergwiesen erscheint gelegentlich ein niedriger weicher Pflanzenteppich mit kleinen saftigen Blättern.



Montia fontana als niedriger Teppich mit kleinen fleischigen gegenüberstehenden Blättern und winzigen weißen Blüten

Rob Philpott (Foto; hochgeladen von E Wusk) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Während der Blüte stehen dazwischen unauffällige weiße Blüten, die ganz anders aussehen als auffällige Gartenblumen.

Dies ist Montia fontana, das Quellkraut, auf Englisch Water Blinks.

Seine zarten Blätter und jungen Stängel werden in einigen Ländern roh gegessen.



Montia fontana als niedriger Teppich mit kleinen fleischigen gegenüberstehenden Blättern und winzigen weißen Blüten

E Wusk · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Am Bach ist jedoch nicht der Geschmack, sondern die Wasserqualität die entscheidende Sicherheitsfrage.

Auch eine zweifelsfrei bestimmte Pflanze kann unsichtbare Krankheitserreger enthalten.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Montia fontana ist eine kleine einjährige oder kurzlebig ausdauernde krautige Pflanze, die stellenweise einen dünnen Teppich bildet.

Die weichen saftigen Stängel liegen am Boden oder richten sich leicht auf. Manchmal bilden sie an den Knoten Wurzeln.

Die Blätter stehen paarweise gegenüber. Sie sind klein, ganzrandig, oval, spatelförmig oder etwas länglich, ohne harte Zähne und Stacheln.

Bei jungen Pflanzen können die Basen eines Blattpaares etwas miteinander verwachsen sein.

Die winzigen weißen Blüten stehen einzeln oder zu wenigen an den Enden der dünnen Triebe. Jede besitzt mehrere kleine Kronblätter.

Nach der Blüte entstehen kleine Kapseln mit sehr feinen Samen.

Im Vergleich zu vielen Vogelmiere-Arten sind die Blätter fleischiger und die Stängel häufig durchscheinend grün.

Auf nassem Boden sind die Blätter größer und zarter. Bei Trockenheit bleibt die Pflanze klein und fällt kaum noch auf.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Montia fontana als heimische Pflanze Kaliforniens und ordnet sie Feuchtgebiets- und Ufergemeinschaften zu.

Typische Standorte sind Quellen, kalte Bäche, ständig feuchte Ränder von Bergwiesen, kleine nasse Mulden und seichte Rinnen mit fließendem Wasser.

Auf der heißen trockenen Ebene des Sacramento Valley bildet die Art ohne Wasser keinen dauerhaften grünen Teppich.

Ein großer Teil der natürlichen Beobachtungen stammt aus kühleren Berg- und Küstengebieten.

Örtlich kann das Quellkraut reichlich wachsen, doch viele Bäche in Siedlungsnähe nehmen Abwasser oder andere Einleitungen auf.

Der Name „Quellkraut“ bedeutet keineswegs, dass das Wasser trinkbar ist.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Zarte Blätter erscheinen, wenn der Boden längere Zeit feucht bleibt: in einem kühlen Frühjahr, nach der Schneeschmelze oder ganzjährig an einzelnen Quellen in mildem Klima.

Botanische Quellen der gemäßigten Zone nennen die Blütezeit vom späten Frühjahr bis in den Herbst.

In den niedrigeren kalifornischen Bergen kann die Blüte während sommerlicher Trockenheit jedoch früher enden.

Auf einer hoch gelegenen feuchten Wiese kann die Pflanze beinahe den ganzen Sommer weiche Blätter behalten.

Alte Blätter an einem trocknenden Bachrand schmecken oft bitterer.

Für Nahrung ist das weiche Grün vor dem Verhärten und Austrocknen des Stängels entscheidend, nicht ein bestimmtes Kalenderdatum.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr für Montia fontana ausdrücklich.

Sie schmecken mild und leicht krautig. Im zarten feuchten Stadium erinnern sie an einfachen Salat.

Eine kleine Portion kann zerkleinert und nach dem Waschen mit sauberem Trinkwasser frisch gegessen werden.

Junge saftige Stängel. Food Plants International beschreibt in einer bei ECHOcommunity verfügbaren Quelle ihren Rohverzehr im Salat.

Geeignet sind nur die weichen grünen oberen Teile, nicht alte grobe oder abgestorbene Stängel.

Blüten, Samen und Wurzeln sind als eigenständige rohe Nahrung in den zugrunde gelegten Quellen nicht bestätigt.

Wasser ist wichtiger als das Abspülen. Man sammelt diese Pflanze nicht direkt aus Bächen mit unbekannter hygienischer Qualität, unterhalb von Weiden, Abwassergräben, Viehtränken oder in der Nähe stark befahrener Straßen.

Waschen mit sauberem Wasser entfernt zwar einen Teil des Schmutzes, garantiert aber nicht die Entfernung sämtlicher Krankheitserreger oder Stoffe, die bereits in der Pflanze enthalten sind.

Für sichere Lebensmittel eignet sich daher eher kontrolliert auf sauberem Boden mit sauberem Wasser angebautes Quellkraut als eine beliebige Wildpopulation aus unbekanntem Gewässer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Claytonia sibirica wächst ebenfalls in feuchten nördlichen Wäldern, besitzt jedoch meist größere ovale Blätter und deutlichere rosa Blüten.

Die Vogelmiere Stellaria media wächst auch auf nassem Boden, unterscheidet sich aber durch Stängelbehaarung und weiße tief geteilte Kronblätter.

Weitere kleine Wasserpflanzen können vor dem Erscheinen der Blüten nahezu gleich aussehen.

Man darf ein nasses grünes Pflänzchen nicht allein deshalb essen, weil es wie Salat aussieht.

Blätter, Blüten und reife Kapseln müssen zusammen einer sicher bestimmten Pflanze zugeordnet werden.

Bei Zweifeln an der Wasserqualität unterbleibt das Sammeln unabhängig von einer richtigen Artbestimmung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5685
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Montia+fontana
- https://www.echocommunity.org/es/resources/04cff150-4056-4eed-a34d-f471acf7f03f

Weiße Maulbeere — reife süße Früchte in alten Gärten · Morus alba

Morus alba

In kalifornischen Höfen und bei alten Gärten steht gelegentlich ein sommergrüner Baum, unter dem im Sommer zahlreiche weiche weiße, rosafarbene oder dunkelpurpurne längliche Früchte liegen.



Morus alba mit wechselständigen teils gelappten Blättern und reifen weißen bis dunkelvioletten länglichen Sammelfrüchten

B.navez · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist die Weiße Maulbeere, Morus alba.

Der wissenschaftliche Name bedeutet nicht, dass ihre Früchte immer weiß sind: An manchen Bäumen werden sie nahezu schwarz.

Vollständig reife Früchte können roh gegessen werden.



Morus alba mit wechselständigen teils gelappten Blättern und reifen weißen bis dunkelvioletten länglichen Sammelfrüchten

Gaurav Dhwaj Khadka · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Der weiße Milchsaft der Zweige und unreife Früchte können hingegen Vergiftungserscheinungen auslösen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Weiße Maulbeere ist ein schnell wachsender sommergrüner Baum, der bei guter Wasserversorgung häufig acht bis fünfzehn Meter hoch wird.

Alte Exemplare besitzen eine breite ausladende Krone und einen braungrauen Stamm.

Auf jungen Zweigen sind manchmal helle Lentizellen sichtbar.

Die wechselständigen Blätter sind ungewöhnlich variabel.

Am selben Zweig können ganzrandig geformte herzförmige Blattspreiten und Blätter mit mehreren Lappen auftreten.

Die Ränder sind gezähnt. Oberseits können die Blätter glatt wirken, während auf der Unterseite die Adern deutlich hervortreten.

Die unscheinbaren grünlichen Blüten stehen in kurzen kätzchenartigen Blütenständen und besitzen keine auffälligen Kronblätter.

Danach entwickeln sich fleischige Sammelfruchtstände aus zahlreichen kleinen Einzelfrüchten.

Junge Sammelfrüchte sind fest und hell gefärbt. Reif werden sie weich, süß und lassen sich leicht vom Zweig lösen.

Je nach Baum bleiben sie weiß oder cremefarben, werden rosa oder verfärben sich dunkelviolett.

Beim Brechen junger Zweige und bei Blattverletzungen tritt weißer Latex aus.

Er ist kein essbarer Pflanzensaft und gehört zu den wichtigen Warnzeichen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Morus alba stammt aus Asien.

In Kalifornien wird die Art seit Langem als Schatten- und Obstbaum gepflanzt. Calflora dokumentiert außerdem verwilderte Exemplare.

Die Bäume wachsen in Gärten, bei Siedlungen, auf gestörten Flächen und gelegentlich an Wasserläufen.

Im Sacramento Valley gedeihen sie bei ausreichender Wasserversorgung und sommerlicher Wärme.

Sie dürfen aber nicht als gewöhnliche heimische Bäume der natürlichen Wälder bezeichnet werden.

Auf trockenem offenem Boden ohne Wasser etablieren sich Jungbäume schlechter.

Viele Bäume nahe Häusern sind alte Pflanzungen. Ihre Früchte gehören dem Grundstückseigentümer und sind nicht automatisch frei verfügbar.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen Blätter und unscheinbare Blüten.

Nach der Bestäubung entwickeln sich die grünen Sammelfrüchte schnell.

Im Central Valley können die ersten reifen Früchte schon Ende Mai oder im Juni erscheinen. Die Haupternte liegt im Sommer.

Je nach Sorte und Standort dauert sie einige Wochen, gelegentlich bis August.

Im frühen Herbst vergilben die Blätter. Im Winter steht der Baum ohne Laub und ohne frische Früchte.

Natürlich getrocknete vollständig reife Früchte können über die Erntezeit hinaus aufbewahrt werden, sofern sie wirklich trocken und frei von Schimmel sind.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife weiche Sammelfrüchte.

North Carolina State University Extension bestätigt ausdrücklich, dass reife Früchte von Morus alba roh gegessen werden können.

Sie schmecken süß, manchmal etwas mild. Die Schale ist dünn, die vielen kleinen Samen sind essbar.

Wegen ihrer zarten Struktur können die Früchte mit den Fingern zerdrückt und ohne Erwärmen gegessen werden.

Natürlich getrocknete reife Früchte.

Die universitäre Quelle beschreibt Maulbeeren auch als Trockenfrüchte.

Saubere reife Sammelfrüchte können bei geeigneten trockenen Bedingungen ohne Feuer getrocknet werden. Bei Feuchtigkeit verderben sie jedoch rasch, und verschimmelte Früchte dürfen weder gelagert noch gegessen werden.

Trocknen macht unreife Früchte nicht sicher.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Rote Maulbeere Morus rubra besitzt meist rauere, stärker behaarte Blätter.

Bei der Weißen Maulbeere ist die Blattoberseite häufig glatter. Sorten und Hybriden machen die Bestimmung jedoch schwierig.

Die Fruchtfarbe ist kein zuverlässiges Unterscheidungsmerkmal: Morus alba kann vollständig ausgereifte schwarze Sammelfrüchte tragen.

Ein erwachsener Baum wird anhand von Blättern, kätzchenartigen Blütenständen, Früchten und Zweigen gemeinsam bestimmt.

Wichtig: Weißer Milchsaft der Zweige und unreife Früchte sind keine Nahrung.

NCSU warnt vor möglichen Magen-Darm-Beschwerden und neurologischen Symptomen nach ihrem Verzehr.

Blätter und junge Zweige werden hier nicht als roher Salat empfohlen.

Harte grüne Früchte werden niemals zum Bestimmen probiert.

Ebenso wenig werden Früchte von verschmutztem Boden oder chemisch behandelten Bäumen gesammelt.

QUELLEN

Calflora, Morus alba, Vorkommen in Kalifornien und unreife Früchte: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5691 North Carolina State University Extension, Morus alba, rohe reife und getrocknete Früchte sowie Latexwarnung: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/morus-alba/

Schwarze Maulbeere — saftige dunkelviolette Früchte alter Gärten · Morus nigra

Morus nigra

Im Sommer entstehen unter manchen alten Bäumen dunkle Flecken auf Asphalt und Gras: Herabgefallene saftige Früchte geben reichlich violetten Saft ab.



Morus nigra mit breiten rauen herzförmigen Blättern und dunkelvioletten saftigen reifen Sammelfrüchten

Miloslav Bahna · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Wenn am Baum gleichzeitig große raue Blätter und purpurschwarze längliche Sammelfrüchte zu sehen sind, kann es sich um die Schwarze Maulbeere handeln.

Morus nigra wurde aus der Alten Welt nach Kalifornien gebracht und ist außerhalb der Kultur wesentlich seltener als die Weiße Maulbeere.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Schwarze Maulbeere ist ein sommergrüner Baum mit breiter dichter Krone, gewöhnlich fünf bis zehn Meter hoch.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind groß, an ihrer Basis herzförmig und am Rand gezähnt. Manche Blätter besitzen drei Lappen.

Die Oberseite ist deutlich rau und dunkelgrün; auf der Unterseite stehen Haare.

Die kleinen grünlichen Blüten bilden kurze kätzchenartige Blütenstände.

Was wie eine große einzelne Beere erscheint, besteht tatsächlich aus zahlreichen zusammengewachsenen kleinen saftigen Früchten.

Vollständig reife Sammelfrüchte sind beinahe schwarz, äußerst weich und färben die Hände mit ihrem violetten Saft.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Morus nigra als nicht heimische Maulbeerart und dokumentiert nur vereinzelte Beobachtungen außerhalb des Anbaus, darunter Funde aus Sacramento, Los Angeles, San Bernardino und Ventura County.

Sie ist daher vor allem ein Baum alter Gärten und Siedlungen, keine gewöhnliche wilde Nahrung Kaliforniens.

In bewässerten Tälern gedeiht sie besser als an trockenen steinigen Hängen.

An Bäumen auf Privatgrund werden Früchte nur mit Erlaubnis der Eigentümer gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entfalten sich die Blätter und gegen Ende des Frühjahrs erscheinen die Blüten.

Die Früchte reifen gewöhnlich im Sommer, manchmal über einen längeren Zeitraum bis in den Frühherbst.

Unreife Sammelfrüchte sind zuerst hell, werden danach rötlich und schließlich sehr dunkel.

Vollständig reife Früchte lösen sich schon bei leichter Berührung vom Zweig.

Sie sollten frisch gegessen werden: Nach dem Fall auf schmutzigen Boden werden sie leicht beschädigt und verderben schnell.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife dunkle Sammelfrüchte.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Früchte von Morus nigra roh gegessen werden.

Sie schmecken süßsäuerlich und sind sehr saftig. Ihr Saft färbt Hände und Kleidung.

Die Früchte können direkt von einem sauberen Zweig gegessen, ohne Erhitzen zu Fruchtmus zerdrückt oder unter sauberen Bedingungen natürlich getrocknet werden.

Grüne oder noch unreife Sammelfrüchte sind nicht geeignet: Calflora warnt ausdrücklich vor deren Giftigkeit.

Der Milchsaft verletzter Zweige ist ebenfalls keine Nahrung.

Blätter und junge Triebe werden hier nicht als rohe Nahrung verwendet, obwohl andere Maulbeerarten in manchen Quellen auf unterschiedliche Weise als Nahrung beschrieben sind.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der häufigste ähnliche Baum ist Morus alba, die Weiße Maulbeere.

Auch deren vollständig reife Früchte können schwarz sein. Die Farbe allein bestimmt also keineswegs die Art.

Bei Morus nigra sind die Blätter gewöhnlich dicker und rauer, und die Blütenstände unterscheiden sich in ihren Abmessungen.

Eine verlässliche Unterscheidung sollte anhand der botanischen Merkmale des gesamten Baumes erfolgen.

Brombeeren wachsen an dornigen Sträuchern mit langen Ranken, nicht an einem großen sommergrünen Baum.

Unreife Maulbeerfrüchte dürfen nicht zum Zweck der Bestimmung probiert werden.

QUELLEN

- Calflora — Morus nigra: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12683

- Calflora — county observations: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=12683
- Plants For A Future — Morus nigra: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Morus+nigra

Rote Maulbeere — fast schwarze Früchte eines äußerst seltenen Baums · Morus rubra

Morus rubra

An manchen alten Gartenbäumen liegen im Sommer unter der Krone dunkelrote Flecken von herabgefallenen weichen Früchten.



Morus rubra mit großen rauen herzförmigen Blättern und reifen beinahe schwarzen länglichen Sammelfrüchten

□□ □□ · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Wenn der Baum große raue Blätter besitzt und die länglichen reifen Sammelfrüchte fast schwarz sind, könnte es sich um die Rote Maulbeere handeln.

Diese Art stammt aus dem östlichen Nordamerika und wird in Kalifornien nur äußerst selten dokumentiert.

Ihre vollständig reifen Früchte schmecken roh gut. Unreife Sammelfrüchte und weißer Milchsaft der Zweige dürfen dagegen nicht gegessen werden.



Morus rubra mit großen rauen herzförmigen Blättern und reifen beinahe schwarzen länglichen Sammelfrüchten

Douglas Goldman (DouglasGoldman) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Dieser sommergrüne Baum wird gewöhnlich acht bis fünfzehn Meter hoch, manchmal höher.

Die Krone ist rundlich. Die graue Rinde wird im Alter grober.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind häufig groß, breit eiförmig bis herzförmig, am Rand gezähnt und an der Spitze zugespitzt.

An jungen Zweigen können manche Blätter gelappt sein.

Die Blattoberseite fühlt sich deutlich rau an, die Unterseite ist gewöhnlich weich behaart.

Die kleinen grünlichen Blüten stehen in kurzen hängenden Blütenständen. Männliche und weibliche Blüten können getrennt entstehen.

Die reife Frucht ist keine einzelne Beere, sondern ein länglicher Sammelfruchtstand aus vielen kleinen saftigen Früchten, ungefähr zwei bis drei Zentimeter lang.

Zunächst ist er grünlichweiß, danach rot und bei vollständiger Reife dunkelpurpurn.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet für Morus rubra in Kalifornien nur ungefähr zwei Beobachtungen und führt sie nicht als heimische Art.

Folglich handelt es sich weder um eine massenhaft vorkommende Waldfrucht des Vorgebirges noch um einen typischen Baum im Sacramento Valley.

Einzelne Exemplare können in alten Gärten, botanischen Sammlungen und bei Siedlungen überdauern, wo früher Maulbeeren gepflanzt wurden.

Rote Maulbeeren können sich mit Weißen Maulbeeren kreuzen.

Deshalb ist die Bestimmung eines Baumes allein anhand einer Frucht oft schwierig, und in manchen Stadtpflanzungen kommen Hybriden vor.

Auf privatem Grund werden Früchte nicht ohne Erlaubnis gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter entfalten sich im Frühjahr. Gleichzeitig oder kurz darauf erscheinen kleine kätzchenartige Blütenstände.

Die Früchte wachsen im Frühsommer heran und reifen nach und nach, gewöhnlich von Juni bis August.

Die genauen Termine hängen von Wärme und Standort ab.

Essbar sind ausschließlich die dunkelsten weichen Sammelfrüchte, die sich leicht vom Stiel lösen.

Rote feste Früchte sind noch unreif. Auch wenn sie an Brombeeren erinnern, dürfen sie nicht gegessen werden.

In der Sommerhitze beginnen heruntergefallene Früchte schnell zu gären.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Sammelfrüchte. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr bei Morus rubra ausdrücklich.

Das Fruchtfleisch ist saftig und süß mit leichter Säure.

Man kann es unmittelbar von einem sauberen Zweig essen, kalt zerdrücken oder unter sauberen schimmelfreien Bedingungen natürlich trocknen.

Im Inneren liegen zahlreiche kleine Samen, die gewöhnlich weich genug zum Kauen sind.

Calflora warnt gesondert vor der Giftigkeit unreifer Früchte und des Milchsaftes.

Unreife Früchte werden nicht probiert und der Latex wird nicht für Getränke verwendet.

Junge Blätter und Triebe werden zwar in Beschreibungen verschiedener Maulbeerarten erwähnt. Für die rohe sichere Zubereitung gerade dieser Art ist der Beleg jedoch nicht eindeutig genug.

Daher gehören hier ausschließlich vollständig reife Früchte zur Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Morus alba, die Weiße Maulbeere, ist in Kalifornien wesentlich häufiger.

Ihre reifen Früchte können weiß oder schwarz sein. Die Fruchtfarbe unterscheidet daher Weiße und Rote Maulbeere nicht zuverlässig.

Morus nigra besitzt meist dickere, noch rauere Blätter; dieser Baum ist häufig kleiner und bleibt vor allem an Gärten gebunden.

Brombeeren wachsen an dornigen strauchigen Ranken, nicht auf einem hohen Baum.

Wenn es sich um einen Hybrid oder einen nicht sicher bestimmten Baum handeln könnte, darf aus äußerer Ähnlichkeit kein Schluss auf die Sicherheit unbekannter Pflanzenteile gezogen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12684
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Morus+rubra
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Morus_rubra_(fruit)

Westlicher Honigmesquite — süße reife Hülsen eines Wüstenbaums · Neltuma odorata

Neltuma odorata

In einem trockenen Flussbett der südkalifornischen Wüste steht im Sommer gelegentlich ein kleiner Baum mit einer luftigen fein gegliederten Krone und langen strohgelben Hülsen.



Neltuma odorata als ausladender Wüstenbaum mit doppelt gefiederten Blättern und langen strohgelben Hülsen

Joe Decruyenaere (pixeltoo) · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Von außen wirkt er durch seine Dornen wenig einladend. Das vollständig reife Fruchtfleisch der Hülsen kann jedoch deutlich süß schmecken.

Dies ist eine der Mesquite-Arten des südlichen Wüstenraums.

Bei dieser Pflanze sind gerade die ausgereiften Hülsen Nahrung, nicht das grüne Laub.



Neltuma odorata als ausladender Wüstenbaum mit doppelt gefiederten Blättern und langen strohgelben Hülsen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Es handelt sich um einen Baum oder großen Strauch, gewöhnlich drei bis neun Meter hoch, gelegentlich größer, mit ausladenden Ästen und tiefreichenden Wurzeln.

An jungen Zweigen können kräftige paarige Dornen sitzen.

Die Blätter sind doppelt gefiedert. Vom Hauptblattstiel gehen gefiederte Seitenachsen aus, an denen zahlreiche kleine schmale Blättchen in Reihen stehen.

Ab dem Frühjahr erscheinen lange zylindrische Blütentrauben mit kleinen grünlichgelben Einzelblüten.

Danach wachsen schmale Hülsen heran. Diese sind gewöhnlich gerade oder leicht gebogen und wechseln ihre Farbe von Grün zu Strohgelb.

Bei voller Reife trocknet der äußere Teil der Hülse, während sich im Inneren harte Samenhüllen befinden.

In älteren Arbeiten wurden kalifornische Pflanzen häufig als Prosopis glandulosa var. torreyana bezeichnet.

Neuere taxonomische Quellen verwenden auch die Bezeichnung Neltuma odorata.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In Kalifornien ist diese Pflanze hauptsächlich an die Wüsten des Südostens gebunden.

Sie wächst auf Sandebenen, in Vertiefungen, alten trockenen Flussbetten und an Standorten, deren Wurzeln tiefreichende Feuchtigkeit erreichen.

Typisch sind Bereiche unterhalb der San-Bernardino-Berge, die Umgebung des Coachella Valley und einzelne Gebiete von Imperial County.

Bei Sacramento ist dieser Baum in natürlicher Vegetation nicht zu erwarten.

Exemplare auf Parkplätzen und in begrünten Anlagen können gepflanzt und regelmäßig mit chemischen Mitteln behandelt sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach einem warmen Frühjahr folgen auf die Blütentrauben grüne Hülsen.

Ihre Entwicklung hängt von Winterregen und Bodenfeuchtigkeit ab.

Die süße Fruchtmasse bildet sich besonders in vollständig reifen Hülsen, gewöhnlich vom Frühsommer bis zum frühen Herbst.

Eine trockene Hülse kann noch lange am Zweig hängen.

Der Kalendermonat allein bestätigt aber weder Reife noch Qualität.

Beschädigte, verfärbte oder verschimmelte Hülsen werden nicht gesammelt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Hülsen.

Der USDA-Artenführer beschreibt das süße Fruchtfleisch von Honigmesquite-Hülsen als Nahrung, die auch ohne vorheriges Erhitzen gegessen wurde.

Wichtig sind vollständige Reife und Sauberkeit, nicht allein die äußere Form einer Hülse.

Trockene essbare Fruchtmasse.

Reife getrocknete Hülsen wurden traditionell zerkleinert und zu einem süßlichen Pulver verarbeitet. Dieses kann mit kaltem Wasser gemischt werden.

Das Mehl enthält Bestandteile der Hülse. Harte Samen sollten allerdings nicht mit den Zähnen aufgebissen werden.

Ein eigenständiger sicherer Rohverzehr junger Blätter, Rinde, Wurzeln und Blüten genau dieses Taxons ist für diese Nahrungsliste nicht bestätigt.

Süßer Geschmack rechtfertigt keine Ernte auf verschmutztem Boden, an Autobahnen oder bei Abwasserstellen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der benachbarte Schraubenmesquite Strombocarpa pubescens besitzt auffallend spiralig gewundene Hülsen.

Die Hülsen des Honigmesquite sind dagegen verhältnismäßig gerade.

Bei einer weiteren südwestlichen Mesquite-Art, Neltuma velutina, können Blätter und Zweige stärker samtig behaart sein.

Ein einzelnes Merkmal bestimmt jedoch nicht zuverlässig die genaue Art.

Der Blaue Palo Verde Parkinsonia florida besitzt grüne Rinde und größere, auffällig gelbe Blüten.

Auch Zierhülsenfrüchtler bilden manchmal ähnlich aussehende Früchte, auf die die Essbarkeitsangaben des Mesquite nicht übertragen werden dürfen.

Zur Bestimmung müssen Triebe, doppelt gefiederte Blätter, Blüten und reife Hülsen gemeinsam betrachtet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=14746
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_prglt.pdf
- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:77303754-1

Basilikum — frische würzige Blätter und Blüten alter Gärten · Ocimum basilicum

Ocimum basilicum

Auf einem ehemaligen Beet oder an einem sonnigen Zaun hält sich im Sommer gelegentlich eine kleine Pflanze mit glatten duftenden Blättern.



Ocimum basilicum mit glatten gegenständigen ovalen Blättern und weißen bis lilafarbenen zweilippigen Blütenständen

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Wenn man ein Blatt zwischen den Fingern reibt, entsteht ein süßwürziger Geruch mit Anklängen von Nelken oder Anis.

Später wachsen an den Triebenden Blütentrauben aus kleinen weißen oder lilafarbenen zweilippigen Blüten.

Dies ist Ocimum basilicum, das gewöhnliche Basilikum, eine kultivierte Gewürzpflanze.

Außerhalb von Gärten wird sie in Kalifornien äußerst selten beobachtet.

Frische Blätter und Blüten sind nachweislich roh essbar.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Im kalifornischen Klima wächst Basilikum gewöhnlich einjährig und erreicht ungefähr zwanzig bis siebzig Zentimeter Höhe.

In frostfreien Gebieten kann die Pflanze länger überleben.

Der aufrechte verzweigte vierkantige Stängel ist grün oder purpurfarben.

Die gegenständigen Blätter sind oval, glatt bis leicht runzlig, mit ganzrandigem oder schwach gezähntem Rand. Sie sitzen an Blattstielen.

Beim Zerreiben setzen Drüsenzellen ein starkes würziges Aroma frei.

Die kleinen Blüten stehen in Quirlen an einem endständigen ährenartigen Blütenstand.

Jede Blüte ist zweilippig und weiß, rosa oder lila.

Nach der Blüte entwickeln sich in den Kelchen mehrere kleine dunkle Nüsschen, die bei Feuchtigkeit von einer schleimigen Hülle umgeben werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Ocimum basilicum als nicht heimische Pflanze mit ungefähr zehn Funden außerhalb von Kulturen, hauptsächlich aus südlichen und küstennahen Countys.

Fast immer stehen die Exemplare im Zusammenhang mit Gemüsegärten, Kübelpflanzungen, Kompost oder zufälligen Sämlingen.

Im Sacramento Valley wird Basilikum mit Bewässerung kultiviert.

Ohne Wasser verlieren die zarten Blätter im Sommer rasch an Qualität. Bei Frost stirbt die Pflanze ab.

Alte Gemüsebeete und verlassene Flächen können verunreinigt sein.

An Privatpflanzungen darf nicht ohne Erlaubnis geerntet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach beständiger Frühjahrswärme keimen die Samen und bilden die ersten Blätter.

Das zarteste Blattgrün wächst im späten Frühjahr und Sommer, solange ausreichend Wasser vorhanden ist.

Bei Wärme entwickelt die Pflanze Blütentrauben. Bis gegen Ende von Sommer und Herbst bilden sich zahlreiche kleine dunkle Nüsschen.

Frische Blüten können ebenfalls als Gewürz dienen.

Nach Beginn der massenhaften Blüte wird der Blattgeschmack manchmal kräftiger und schärfer.

Die ersten kalten Nächte schädigen die oberirdische Pflanze schnell.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blätter und Blüten.

Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr bei Ocimum basilicum ausdrücklich.

Weiche Blätter können fein geschnitten und zu Tomaten, Gemüse, Bohnen oder anderen kalten Speisen gegeben werden.

Der Duft ist kräftig; wenige Blätter genügen als Würze.

Weiße oder lilafarbene Blüten sind ebenfalls roh essbar und eignen sich in kleinen Mengen als aromatische Ergänzung.

Bei trockenem Wetter können saubere Blätter ohne Feuer auf einem sauberen Netz im Schatten getrocknet und später kalt als Gewürz verwendet werden.

Samen werden manchmal nach dem Einweichen in Wasser als schleimige Zutat gegessen. Bei zufälliger, nicht sicher identifizierter Selbstaussaat wird diese Methode für das Leben unterwegs jedoch nicht empfohlen.

Ätherisches Basilikumöl ist kein Nahrungsersatz für frisches Grün.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Ocimum americanum und einige kultivierte Basilikumformen sind ähnlich und können unter sich überschneidenden Handelsnamen angeboten werden.

Die Unterschiede liegen unter anderem in Blattform, Hochblättern und Kelchbau.

Mentha spicata besitzt gewöhnlich stärker gezähnte Blätter und einen anders gebauten verlängerten Blütenstand.

Origanum vulgare hat kleinere Blätter und dichtere Blütengruppen.

Ein typischer Geruch allein reicht nicht zur Bestimmung: Viele Lippenblütler besitzen würzige Duftstoffe.

Wichtig sind gegenständige Blätter, der vierkantige Stängel und die zweilippigen Blüten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12703
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ocimum+basilicum

Osobeere — frühe weiße Blüten und dunkle Steinfrüchte · Oemleria cerasiformis

Oemleria cerasiformis

Im zeitigen Frühjahr, wenn zahlreiche sommergrüne Sträucher noch ohne Blätter stehen, erscheinen an dünnen Zweigen viele kleine weißliche herabhängende Blüten.



Oemleria cerasiformis mit schlanken Zweigen, hängenden weißen Blütentrauben und dunklen ovalen Steinfrüchten

brewbooks · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Bis zum Frühsommer wachsen daraus kleine Früchte, zunächst orangerot, später fast schwarz.

Die vollständig reifen Früchte der Osobeere, auch Indianerpflaume genannt, können frisch gegessen werden. Sie schmecken aber meist weniger süß als eine Gartenpflaume.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Es handelt sich um einen hohen sommergrünen Strauch, häufig zwei bis fünf Meter hoch, mit schlanken bogenförmigen Zweigen.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind länglich, meist fünf bis zwölf Zentimeter lang und verjüngen sich zur Spitze und zum Grund.

Ihr Rand ist gewöhnlich ganzrandig oder leicht gewellt. Die Blattunterseite ist heller.

Auf den dünnen Zweigen erkennt man helle Lentizellen.

Die Blüten besitzen fünf helle Kronblätter und stehen in kleinen hängenden Trauben.

Männliche und weibliche Blüten befinden sich meist an unterschiedlichen Sträuchern.

Die Früchte sind oval, ungefähr einen Zentimeter lang, und enthalten einen einzigen harten Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Oemleria cerasiformis als heimische Art Kaliforniens.

Sie wächst in nördlichen und küstennahen Wäldern, feuchten Schluchten und an Waldrändern, manchmal in immergrünen Mischwäldern.

Dort, wo ausreichend Feuchtigkeit vorhanden ist, kann sie in Gruppen stehen.

An trockenen Straßen von Sacramento ist sie dagegen kein gewöhnlicher wild wachsender Obstbaum.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Osobeere blüht ausgesprochen früh, zum Teil noch bevor die Blätter vollständig entfaltet sind.

Die Früchte entwickeln sich im Frühjahr und werden im späten Frühjahr oder frühen Sommer dunkel.

An der Nordküste und auf höher gelegenen Hängen kann sich die Reife verzögern.

Vögel fressen die reifen Früchte häufig fast unmittelbar nach ihrer Reife.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte.

Oregon State University beschreibt, dass die fast schwarzen reifen Früchte essbar sind, auch wenn sie etwas herb schmecken können.

Die weiche frische Fruchthülle wird vom harten Stein getrennt.

Grüne oder nur rot gewordene Früchte schmecken gewöhnlich noch zusammenziehend und sind nicht ausreichend reif.

Der Verzehr junger Blätter oder der Steine ohne Erhitzen wird für diese Art hier nicht empfohlen, auch wenn die Blätter einen ungewöhnlichen gurkenartigen Geruch besitzen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Ähnlich können kleine Früchte echter Pflaumen der Gattung Prunus wirken.

Bei der Osobeere erscheinen jedoch sehr früh hängende Trauben weißer Blüten, und die Blätter besitzen eine charakteristische längliche ganzrandige Form.

Bei vielen Prunus-Arten stehen und entwickeln sich die Blüten anders.

Bei Steinfrüchten werden die harten Kerne niemals zerkaut oder zermahlen. Sie gehören nicht zum essbaren Fruchtfleisch.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5879
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/oemleria-cerasiformis
- https://plantdatabase.kpu.ca/PlantPrint/oece

Biberschwanz-Opuntie — flache Glieder, Glochiden und rosa Blüten · Opuntia basilaris

Opuntia basilaris

In der Mojave-Wüste wächst zwischen Steinen gelegentlich ein niedriger Kaktus mit breiten, flachen, rundlichen Gliedern, die an Biberschwänze erinnern. Im Frühjahr öffnen sich darüber auffällige leuchtend rosa Blüten.



Opuntia basilaris mit flachen bläulichgrauen biberschwanzförmigen Gliedern und großen rosa Blüten

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Es ist Opuntia basilaris, die Biberschwanz-Opuntie, eine im Südwesten Nordamerikas heimische Kaktusart. Ihre Früchte wurden frisch gegessen. Das fast vollständige Fehlen langer Dornen täuscht jedoch: Die Oberfläche trägt unzählige winzige Glochiden, die in Haut und Schleimhäuten stecken bleiben können.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze bleibt meist niedrig und wächst stärker in die Breite. Sie bildet Gruppen flacher rundlicher Sprossglieder.

Jedes Glied hat die Gestalt eines breiten Spatels oder eines ovalen Biberschwanzes, ist graugrün bis bläulich bereift und einige Zentimeter dick.



Opuntia basilaris mit flachen bläulichgrauen biberschwanzförmigen Gliedern und großen rosa Blüten

National Park Service · Public domain · Wikimedia Commons

Vielen Exemplaren fehlen große lange Dornen. Über die Oberfläche verteilt sitzen jedoch zahlreiche Areolen, aus denen sehr kurze feine Borsten, die Glochiden, wachsen. Bei Sonnenlicht wirken sie gelegentlich wie rötliche Punkte.

Junge Glieder entstehen an den oberen Rändern älterer Glieder.

Im Frühjahr entwickeln sich dort Knospen und große rosa bis himbeerfarbene Blüten mit vielen Blütenblättern.

Nach der Blüte bilden sich vergleichsweise kleine längliche Früchte. Sie sind anfangs grün und werden später bräunlich oder rötlich.

Eine reife Frucht enthält weiches Fruchtfleisch mit Samen. Auch ihre äußere Haut kann Glochiden tragen.

Aus der Ferne erscheint der Strauch fast ungefährlich zum Anfassen. Dieser Eindruck ist falsch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Opuntia basilaris als heimische Art Kaliforniens. Sie ist vor allem für die Mojave-Wüste und Anza-Borrego typisch. Zahlreiche Beobachtungen stammen aus Inyo, San Bernardino, Riverside, San Diego und östlichen Gebieten.

Im Sacramento Valley ist sie kein gewöhnlich wild wachsender Kaktus.

Besonders wichtig ist, dass einige Varietäten geschützt sind. Opuntia basilaris var. treleasei gilt sowohl auf Bundesebene als auch in Kalifornien als bedroht. Auch var. brachyclada ist selten.

Diese Varietäten dürfen nicht gesammelt werden.

Selbst bei der verbreiteteren var. basilaris kann die Ernte in Nationalparks und Schutzgebieten untersagt sein.

Für Nahrung kommt nur ein zweifelsfrei bestimmter, rechtlich zugänglicher und zur Ernte freigegebener Bestand infrage, nicht irgendein gefundener Kaktus.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die flachen Sprossglieder bleiben das ganze Jahr über grün, können bei anhaltender Trockenheit aber schrumpfen.

Die Blüte findet in den kalifornischen Wüsten gewöhnlich im Frühjahr statt, insbesondere nach Winterregen. Je nach Standort öffnen sich die rosafarbenen Blüten etwa von März bis Mai.

Anschließend entstehen grüne Früchte. Ihre vollständige Reife fällt häufig in den späten Frühling oder Sommer, abhängig von Klima und Höhenlage.

Manche Früchte trocknen direkt an der Pflanze. Eine braune Frucht ist deshalb nicht automatisch frisch oder zum Essen geeignet.

Die auffälligen Frühlingsblüten erleichtern die Bestimmung; weiches vollständig reifes Fruchtfleisch wird erst später verfügbar.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch.

Ein staatlicher ethnobotanischer Bericht zum Nevada Test Site beschreibt, dass die fleischigen Früchte von Opuntia basilaris var. basilaris von der Pflanze abgeschlagen und frisch gegessen wurden.

Essbar ist ausschließlich die weiche innere Fruchtmasse nach vollständiger Entfernung der Außenhaut und sämtlicher Glochiden.

Schon wenige nahezu unsichtbare Borsten können Zunge und Rachen schmerzhaft reizen.

Kaltes Schälen. Die Frucht wird mit einem geeigneten Werkzeug festgehalten, nicht mit bloßen Fingern. Nach dem Aufschneiden wird die äußere Haut samt Areolen entfernt und die freigelegte Fruchtmasse auf verbliebene Borsten geprüft.

Kann die vollständige Entfernung der Glochiden nicht sichergestellt werden, darf die Frucht nicht gegessen werden. Einfaches Abspülen genügt nicht.

Von manchen anderen Opuntia-Arten werden auch junge Sprossglieder nach dem Schälen gegessen. Für Opuntia basilaris bestätigen die hier verwendeten artspezifischen Quellen dagegen vor allem die Früchte.

Sprossglieder, Blüten und Wurzeln gehören deshalb nicht zu dieser Rohkostliste.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die kultivierte Feigenkaktus-Art Opuntia ficus-indica ist meist wesentlich größer und besitzt anders geformte Sprossglieder und Früchte. Sie wird gesondert beschrieben.

Opuntia engelmannii kann ebenfalls große flache Glieder entwickeln, unterscheidet sich aber durch Bedornung und Gesamtgröße.

Typisch für Opuntia basilaris sind der niedrige biberschwanzartige Wuchs, bläuliche rundliche Glieder, rosa Blüten und zahlreiche winzige Glochiden.

Das Fehlen langer Dornen bedeutet keine Berührungssicherheit.

Ebenso wichtig ist, seltene Varietäten nicht zu beschädigen. Da sie für Nichtfachleute schwer auseinanderzuhalten sein können, wird im Zweifel überhaupt nichts gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5926
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5929
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5928
- https://www.osti.gov/servlets/purl/137690
- https://conservationgardenpark.jvwcd.gov/plants/1055/beavertail-cactus

Rundgliedrige Opuntie — goldene Dornen und purpurne Wüstenfrüchte · Opuntia chlorotica

Opuntia chlorotica

Auf steinigen Hügeln im Südosten Kaliforniens wächst eine Opuntie, die im Alter beinahe baumartig aussieht.



Opuntia chlorotica mit rundlichen graugrünen Kaktusgliedern, langen goldgelben Dornen und purpurnen Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Über einem dornigen kleinen Stamm sitzen zahlreiche rundliche graugrüne Sprossglieder, als wären kleine Scheiben aneinandergefügt.

Im Frühjahr öffnen sich gelbe Blüten, später reifen purpurfarbene Früchte.

Das Fruchtfleisch dieser Art kann vollständig reif roh gegessen werden. Vorher müssen jedoch Dornen und fast unsichtbare Glochiden restlos entfernt werden.



Opuntia chlorotica mit rundlichen graugrünen Kaktusgliedern, langen goldgelben Dornen und purpurnen Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauernder Kaktus mit verdicktem dornigem Stamm, gewöhnlich ein bis zwei Meter hoch, manchmal höher.

Die flachen Glieder sind überwiegend rundlich, ungefähr zehn bis zwanzig Zentimeter im Durchmesser und bläulich bis graugrün.

Regelmäßig angeordnete Areolen bedecken ihre Oberfläche. Aus ihnen können mehrere lange gelbe oder goldfarbene Dornen wachsen. Daneben stehen Büschel winziger brüchiger Glochiden.

Ältere Dornen dunkeln nach.

Die großen Blüten sind gewöhnlich gelb, mitunter in der Mitte etwas rötlich.

Reife Früchte werden außen violett bis purpurfarben. Das Innere kann helles, leicht rosafarbenes Fruchtfleisch mit zahlreichen harten Samen enthalten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Kew Plants of the World Online führt die Art als heimisch im Südosten Kaliforniens und in benachbarten Wüstenstaaten.

In Kalifornien ist sie für felsige Hänge des östlichen Mojave-Gebiets, Anza-Borrego und einige trockene Vorgebirgsbereiche von San Bernardino bis San Diego charakteristisch.

Calflora zählt Opuntia chlorotica zur heimischen Flora.

Sie gehört weder zu den Küstenwäldern noch zu den gewöhnlichen Pflanzen des Sacramento Valley.

In Schutzgebieten kann die Entnahme von Kakteen ganz untersagt sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Gelbe Blüten erscheinen vor allem im Frühjahr, abhängig von der Höhenlage ungefähr zwischen April und Juni.

Nach der Blüte wachsen die Früchte im Sommer und reifen in der zweiten Hälfte der warmen Jahreszeit vollständig aus.

An derselben Pflanze können grünliche unreife und purpurfarbene Früchte nebeneinander stehen.

Für den Verzehr kommt nur ein vollständig reifes Exemplar mit kräftig gefärbter Außenhaut infrage.

Auf besonders trockenen Hängen kann die Fruchtzahl gering sein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Frucht.

Der botanische Spezialführer Useful Temperate Plants beschreibt die Früchte von Opuntia chlorotica ausdrücklich als roh essbar.

Sie gelten als weniger schmackhaft als Früchte einiger benachbarter Opuntia-Arten, sind aber eine gesondert bestätigte Nahrung dieser Art.

Vor dem Verzehr wird die gesamte Haut samt Areolen und feinsten Glochiden entfernt. Nur das gereinigte innere Fruchtfleisch ist zum Essen geeignet.

Bei kaltem Zerdrücken können die harten Samen durch Sieben entfernt werden.

Junge Sprossglieder anderer Opuntien werden teilweise roh verwendet. Für diese konkrete Art liegt in den herangezogenen Quellen aber keine gleichwertige zuverlässige Beschreibung vor.

Deshalb werden die Glieder hier nicht empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Opuntia engelmannii besitzt häufig größere ovale Glieder und einen anders aufgebauten Strauch.

Opuntia basilaris bleibt meist niedriger und trägt flachere, fast unbedornt wirkende Glieder mit zahlreichen Glochiden.

Für Opuntia chlorotica sind die rundliche Form der Glieder, kräftige goldfarbene Dornen und der verholzende Stamm besonders charakteristisch.

Die Fruchtfarbe allein erlaubt keine sichere Artbestimmung.

Selbst nachdem große Dornen entfernt wurden, können Glochiden Zunge und Rachen verletzen.

Fehlen Werkzeuge zur vollständigen Entfernung, lässt man die Frucht besser am Kaktus.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5931
- https://temperate.theferns.info/plant/Opuntia%2Bchlorotica
- https://ucanr.edu/sites/RiversideMG/files/390058.pdf

Engelmann-Opuntie — reife rote Früchte und junge geschälte Glieder · Opuntia engelmannii

Opuntia engelmannii

In heißen felsigen Gegenden des wüstenhaften Südostens Kaliforniens wächst ein strauchartiger Kaktus mit großen flachen grünen Sprossgliedern.



Opuntia engelmannii mit großen grünen flachen Sprossgliedern, gelben Blüten und purpurroten Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr öffnen sich große gelbe Blüten, später reifen himbeerfarbene Früchte.

Die Engelmann-Opuntie liefert zwei verschiedene Teile, die ohne Erhitzen gegessen werden können: das Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte und sehr junge Sprossglieder nach restloser Entfernung der Dornen und Glochiden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze verzweigt sich nahe dem Boden. Gelegentlich wird sie ein bis zwei Meter hoch und breitet sich über mehrere Meter aus.



Opuntia engelmannii mit großen grünen flachen Sprossgliedern, gelben Blüten und purpurroten Früchten

Heinrich Pniok (Alchemist-hp) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Ihre Stängel bestehen aus großen ovalen bis rundlichen flachen Gliedern, gewöhnlich fünfzehn bis vierzig Zentimeter lang, bläulichgrün bis kräftig grün.

Über die gesamte Oberfläche verteilen sich Areolen mit mehreren großen starren Dornen und fast unsichtbaren Büscheln winziger hakenförmiger Haare, der Glochiden.

Die Blüten sind groß und meist gelb, gelegentlich mit orangefarbenem oder rötlichem Ton.

Die reifen länglichen Früchte enthalten saftiges kräftig purpur- bis himbeerfarbenes Fruchtfleisch mit zahlreichen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Opuntia engelmannii als heimische Art, verzeichnet in Kalifornien jedoch weniger Beobachtungen als bei manchen gewöhnlicheren Opuntien.

Man findet sie hauptsächlich in Wüstenregionen und südöstlichen Gebieten nahe Arizona, auf trockenen kiesigen Hängen zwischen Wüstensträuchern.

Im Sacramento Valley ist sie keine massenhaft wild wachsende Art.

In geschützten Wüstengebieten dürfen ohne Erlaubnis weder Sprossglieder abgeschnitten noch Früchte gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue zarte grüne Sprossglieder wachsen im Frühjahr nach winterlichen Niederschlägen. Sie sind dann noch nicht stark verdickt und noch nicht mit zahlreichen großen Dornen besetzt.

Die großen Blüten öffnen sich im Frühjahr und Frühsommer.

Die Früchte vergrößern sich im Sommer und nehmen gegen Ende des Sommers oder zu Beginn des Herbstes gewöhnlich purpurne Farbtöne an.

Ein einzelner roter Fleck auf der Schale bestätigt keine vollständige Reife.

Eine geeignete Frucht muss rundum ausgereift sein und reifes saftiges Fruchtfleisch besitzen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch.

Die gesamte äußere Haut mit Areolen, Glochiden und großen Dornen wird entfernt. Nur die saubere innere purpurne Fruchtmasse wird gegessen.

Sie enthält viele harte Samen. Beim kalten Zerdrücken lassen sich diese durch Sieben abtrennen.

Junge Sprossglieder.

Der National Park Service nennt für Opuntia engelmannii ausdrücklich die Möglichkeit, junge flache Stängel nach dem Entfernen der Dornen roh zu essen.

Die sichtbaren großen Dornen sind jedoch nur ein Teil der Gefahr. Auch die mikroskopisch kleinen Glochiden müssen vollständig samt äußerer Oberflächenschicht entfernt werden.

Wenn ein völlig sicheres Schälen ohne Verschleppen von Borsten in den Mund nicht möglich ist, werden die rohen Glieder nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Opuntia phaeacantha besitzt gewöhnlich kleinere Sprossglieder und eine andere Anordnung der Dornen. Sie kann der Engelmann-Opuntie dennoch stark ähneln.

Opuntia littoralis wächst im Küstengebiet und unterscheidet sich durch eine Kombination von Merkmalen an Gliedern und Blüten.

Opuntia ficus-indica bildet häufig größere Glieder und stammt oft aus Kultur.

Eine Opuntienart lässt sich nicht anhand einer einzelnen roten Frucht bestimmen.

Glochiden dringen auch dann in Haut und Schleimhäute ein, wenn die Oberfläche glatt aussieht.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9170
- https://www.nps.gov/orpi/learn/nature/cacti.htm
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001258261

Feigenkaktus — süße Früchte und junge Nopal-Glieder · Opuntia ficus-indica

Opuntia ficus-indica

In warmen Teilen Kaliforniens wachsen bei alten Gehöften, Steinmauern und auf trockenen Hängen große Kakteen mit flachen fleischigen grünen Sprossgliedern.



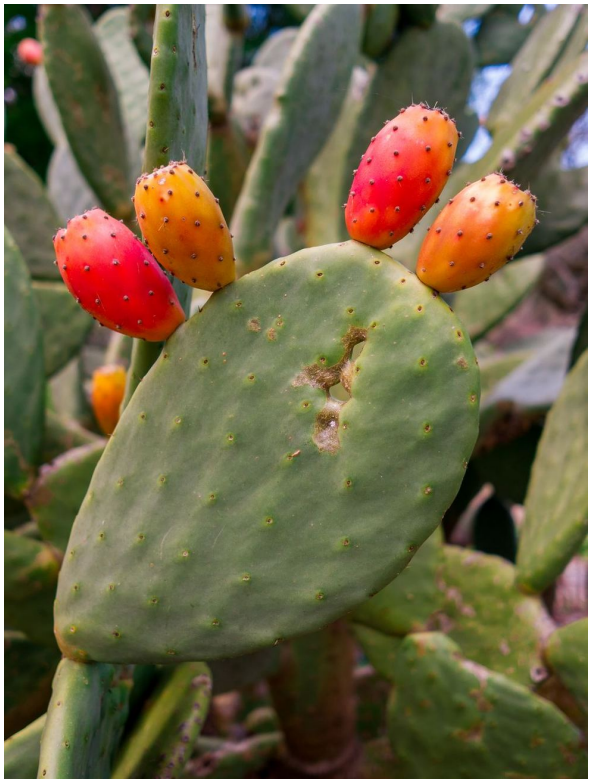
Opuntia ficus-indica als großer Kaktus mit breiten fleischigen Gliedern und gelben Blüten sowie orange-roten Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

An den oberen Rändern öffnen sich große gelbe oder orangefarbene Blüten. Später entwickeln sich ovale Früchte, die bei der Reife gelb, orange oder rotviolett werden.

Das ist Opuntia ficus-indica, der Feigenkaktus.

Ohne Feuer werden reifes Fruchtfleisch und junge Sprossglieder nach gründlicher Entfernung aller Dornen gegessen. Die wichtigste praktische Gefahr sind fast unsichtbare Glochiden.



Opuntia ficus-indica als großer Kaktus mit breiten fleischigen Gliedern und gelben Blüten sowie orange-roten Früchten

Frank Schulenburg · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze ist ein großer strauch- oder baumförmiger Kaktus.

Bei alten Exemplaren verholzen die unteren Sprossglieder. Darüber verzweigen sich Ketten flacher ovaler fleischiger Glieder, sogenannter Kladodien.

Bei manchen Kultursorten fehlen große Dornen fast völlig. Die kleinen Areolen mit feinen Glochiden bleiben aber vorhanden.

Junge Glieder sind dünner und zarter; ausgewachsene werden deutlich dicker.

Die Blüten sind groß und vielblättrig, gewöhnlich gelb, manchmal mit orangefarbenem Ton.

Sie sitzen an den Rändern der oberen Glieder und nicht auf gesonderten langen Blütenstielen.

Direkt aus den Blütenanlagen entwickeln sich birnenförmige oder ovale Früchte.

Auf ihrer Außenseite bleiben Areolen mit feinen stechenden Borsten zurück.

Unter der Schale liegt saftiges süßliches Fruchtfleisch mit zahlreichen harten, essbaren Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Opuntia ficus-indica ist eine eingeführte Art, die in Kalifornien seit Langem angebaut wird.

Calflora dokumentiert verwilderte Exemplare unter anderem aus San Diego, Orange, Los Angeles, Santa Barbara und San Luis Obispo County.

Größere einzelne Pflanzen kommen auch weiter nördlich an geschützten Stellen vor.

Die Art ist für das milde Küstenklima und warme trockene Hänge typischer als für frostige Bergregionen.

Nicht jede kalifornische Opuntie ist Opuntia ficus-indica.

In Südkalifornien wachsen einheimische Arten wie Opuntia oricola, die sich in Größe, Bedornung und Gesamtbau unterscheiden.

Ein gepflegter Kaktus neben einem Wohnhaus kann eine private Pflanzung sein und nicht frei zur Ernte stehen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Erwärmung im Frühjahr beginnen neue flache Glieder aktiv zu wachsen.

Die zartesten jungen Glieder sind vor allem im Frühjahr und Frühsommer verfügbar, bevor die Haut fest und die Gewebe faserig werden.

In mildem Klima können bei ausreichender Feuchtigkeit auch zu anderen Zeiten neue Triebe entstehen.

Die Blüte liegt gewöhnlich im späten Frühjahr und frühen Sommer.

Die Früchte reifen gegen Ende des Sommers und im Herbst, etwa von August bis November.

An einem Kaktus können gleichzeitig bereits farbige reife und noch grüne Früchte sitzen.

Im Winter bleiben die ausdauernden Glieder grün. Das bedeutet aber nicht, dass neue zarte Sprosse oder reife Früchte verfügbar sind.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte.

Verwendet wird ihr saftiges inneres Fruchtfleisch.

University of California beschreibt Opuntia ficus-indica als Obstpflanze; universitäre Nachschlagewerke zur Gattung Opuntia bestätigen den Rohverzehr geschälter reifer Früchte.

Erst nach dem vollständigen Entfernen der Schale samt allen Areolen, Glochiden und großen Dornen ist die Frucht zum Essen geeignet.

Das Fruchtfleisch schmeckt süßlich, manchmal leicht pflanzlich.

Junge Sprossglieder.

Als Nopales oder Nopalitos werden junge Glieder als Gemüse verwendet.

UC Davis beschreibt ausdrücklich das Ernten des jungen weichen Austriebs, bevor die Glieder dick und faserig werden.

North Carolina State University Extension nennt für Opuntien den möglichen Rohverzehr geschälter Glieder.

Das Fruchtfleisch ist etwas schleimig und schmeckt leicht sauer.

Der Säuregehalt kann im Tagesverlauf schwanken. Ebenso verändern Wachstum und Alter die Qualität der Glieder.

Alte dicke Segmente eignen sich für diese rohe Verwendung nicht.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Von anderen Opuntien unterscheidet sich der Feigenkaktus durch Kombination aus Größe und Form des Strauches, großen Gliedern, Blüten, Früchten und Herkunft.

Selbst Pflanzen ohne lange sichtbare Dornen können mit kurzen durchsichtigen Glochiden bedeckt sein.

UC Agriculture and Natural Resources warnt ausdrücklich, dass diese leicht in Haut und Schleimhäute eindringen.

Eine Frucht mit bloßer Hand zu greifen, direkt vom Kaktus abzubeißen oder nur mit einem Tuch abzureiben ist deshalb unsicher.

Unbestimmte Opuntienarten, faulende Früchte und Pflanzen aus chemisch behandelten Zierpflanzungen werden nicht verwendet.

Kann die Oberfläche nicht vollständig von Glochiden befreit werden, sollte man auf rohe Nahrung verzichten.

QUELLEN

Calflora, Opuntia ficus-indica, Beobachtungen in Kalifornien: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5938 University of California ANR, Know What You Grow: Prickly Pear, Opuntia ficus-indica: https://ucanr.edu/sites/default/files/2025-04/FactSheet_FruitVeg_Prickly%20Pear_2021.08.09.pdf UC Davis, Nopalitos, Cactus Stems, junge weiche Glieder: https://ucanr.edu/sites/default/files/2020-11/339182.pdf NC State University Extension, Opuntia, rohe geschälte Früchte und Glieder: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/opuntia/ UC ANR, Opuntia spp., Glochiden und Schutzmaßnahmen: https://ucanr.edu/site/plant-safely-drought-tolerant-landscapes/opuntia-spp

Küsten-Opuntie — purpurne Früchte auf dornigen Gliedern · Opuntia littoralis

Opuntia littoralis

An trockenen küstennahen Hängen Südkaliforniens wachsen Opuntien oft als breite grüne Polster zwischen Sträuchern.



Opuntia littoralis mit dornigen ovalen flachen Stängelgliedern und purpurroten reifen Früchten

NeoPrometheusX · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer erscheinen an den Enden der flachen Sprossglieder rötlichpurpurne Früchte.

Sie sehen verlockend aus. Ihre Oberfläche trägt jedoch nicht nur sichtbare Dornen, sondern auch fast unsichtbare reizende Glochiden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Dieser ausdauernde strauchige Kaktus breitet sich mithilfe saftiger ovaler Sprossglieder stark in die Breite aus.

Die grünen flachen „Schaufeln“ sind Stängel, keine Blätter.

Auf der gesamten Oberfläche liegen kleine Areolen, aus denen Dornbüschel wachsen.

Bei Opuntia littoralis können größere Glieder ungefähr zwanzig Zentimeter lang werden. Ein Bestand erreicht etwa einen Meter Höhe.

Die großen Blüten öffnen sich am Rand der Glieder.

Sie sind gewöhnlich gelb und können einen rötlichen Ton besitzen.

Die Früchte sind eiförmig, anfangs grünlich und bei Reife purpurrot.

Die Art ist veränderlich: Dichte und Länge der Dornen unterscheiden sich zwischen einzelnen Pflanzen deutlich.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Opuntia littoralis ist ein heimischer Kaktus des küstennahen Chaparrals und der Strauchgemeinschaften Südkaliforniens.

Sie wächst in Ventura, Los Angeles, Orange und San Diego County an steinigen Hängen, Küstenklippen und trockenen offenen Stellen.

Im Sacramento Valley ist sie keine gewöhnliche wild wachsende Art.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte findet vor allem im Frühjahr und Frühsommer statt.

An warmen Standorten können reife Früchte bereits ab Juni oder Juli erscheinen. Manche Pflanzen fruchten später.

Eine rote Färbung allein bestätigt noch nicht, dass die Frucht weich und vollständig reif ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte.

Die Kumeyaay sammelten Früchte dieser Art, entfernten ihre Dornen mechanisch und aßen sie frisch oder trockneten sie.

Im Inneren liegen saftiges Fruchtfleisch und harte Samen.

Für die Nahrung ohne Erhitzen kommt ausschließlich eine vollständig reife gereinigte Frucht infrage, deren äußere Dornen und Glochiden vollständig entfernt wurden.

Glochiden in Lippen, Zunge oder Rachen können besonders schmerzhaft sein.

Ein rasches Abreiben mit der Hand macht die Frucht nicht sicher.

Natürliches Trocknen.

Reife Früchte konnten nach dem Entfernen der Dornen an der Luft trocknen und so aufbewahrt werden. Ausgangsmaterial müssen ausgereifte, saubere Früchte sein.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Auch andere Opuntien Südkaliforniens, darunter Opuntia ficus-indica und Opuntia oricola, besitzen flache Glieder und essbare Früchte.

Allein die Fruchtfarbe genügt nicht zur Artbestimmung.

Gliedergröße, Areolen, Bau der Blüten und Wuchsort müssen zusammen verglichen werden.

Bei einigen Opuntien werden junge Glieder als Gemüse genutzt.

Für Opuntia littoralis beschreiben die überlieferten Quellen jedoch vor allem gekochte oder geröstete Sprossglieder.

Diese Zubereitungen gehören nicht zu einer Ernährung ohne Feuer und werden deshalb hier nicht als Rohkost empfohlen.

QUELLEN

- University of San Diego, Kumeyaay Garden: https://www.sandiego.edu/kumeyaay-garden/plant.php?ID=20
- San Diego Natural History Museum: https://coasttocactus.sdnhm.org/plants/coast-prickly-pear
- Calflora, Opuntia littoralis: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5940

Chaparral-Opuntie — frische Blütenknospen und rote Früchte · Opuntia oricola

Opuntia oricola

Zwischen den Sträuchern der trockenen Hänge Südkaliforniens wächst ein Kaktus mit großen flachen grünen Gliedern, die an ovale Schaufeln erinnern.



Opuntia oricola mit großen flachen dornigen Gliedern und gelben Blüten sowie roten Früchten

Satxjoe · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

An deren oberen Rändern öffnen sich im Frühjahr Blüten. Später entstehen saftige rötliche Früchte.

Opuntia oricola ist eine der heimischen Opuntienarten dieser Gegend.

Eine historische Beschreibung des San Pasqual Valley nennt zwei Pflanzenteile, die frisch gegessen wurden: Blütenknospen und Früchte.



Opuntia oricola mit großen flachen dornigen Gliedern und gelben Blüten sowie roten Früchten

Steve Hillebrand, USFWS · Public domain (author claim) · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Opuntia oricola ist ein strauch- oder baumförmiger Kaktus.

Bei alten Pflanzen verholzt der untere Teil. Darüber entstehen verzweigte Ketten großer flacher rundlicher Sprossglieder.

Jedes Glied ist grün und fleischig. Auf seiner Oberfläche sitzen kleine Stellen, die Areolen. Daraus wachsen große Dornen und fast unsichtbare kurze stechende Borsten, die Glochiden.

Die Glieder können mehrere Dutzend Zentimeter lang werden.

Die großen Dornen stehen häufig in Gruppen und sind im Sonnenlicht gut sichtbar. Die kleinen Glochiden lassen sich viel schwerer erkennen.

An den oberen Rändern älterer Glieder entwickeln sich rundliche Blütenknospen.

Die Blüten sind gewöhnlich gelb, manchmal an der Basis der Kronblätter rötlich.

Aus ihnen entstehen ovale oder beinahe runde Früchte. Eine Frucht sitzt unmittelbar am Rand eines Gliedes und hängt nicht an einem langen Zweig.

Bei voller Reife kann die Fruchthaut rot bis rotviolett sein.

Wie auf den grünen Gliedern bleiben auch auf den Früchten kleine Areolen mit stechenden Borsten erhalten.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Diese Art ist in Südkalifornien und Baja California in Mexiko heimisch.

Sie wächst im küstennahen Chaparral, in trockenen Strauchgemeinschaften sowie an Hängen und in Tälern zwischen San Diego und der Gegend von Los Angeles.

Das San Pasqual Valley ist einer der Orte, an denen die Art in einem historischen Naturführer der California State Parks ausdrücklich genannt wird.

An passenden Standorten bilden die Kakteen auffällige Gruppen, besonders an trockenen sonnigen Stellen.

In den feuchten Wäldern Nordkaliforniens ist Opuntia oricola dagegen nicht gewöhnlich.

Sie ist damit eine Nahrungspflanze einer bestimmten geografischen Region, nicht des ganzen Bundesstaates.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die grünen Sprossglieder bleiben das ganze Jahr an der Pflanze. Ihre dauerhafte Anwesenheit bestätigt aber nicht, dass sie für diese Art als rohe Nahrung verwendet wurden.

Die Blütenknospen erscheinen im Frühjahr und Frühsommer, bevor die Blüten aufgehen.

Nach der Blüte entwickeln sich Früchte.

In vielen küstennahen und vorgebirgigen Gebieten sind reife Opuntienfrüchte gegen Ende des Sommers und im Herbst verfügbar, ungefähr von August bis Oktober.

Wetter und genauer Standort verändern diese Termine.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Frische Blütenknospen.

California State Parks berichtet ausdrücklich, dass indigene Bewohner des San Pasqual Valley die Knospen von Opuntia oricola frisch gegessen haben.

Ihre kurze Saison endet mit dem Öffnen der Blüten.

Gemeint sind junge Blütenknospen.

Der historische Bericht beschreibt die grünen flachen Sprossglieder dagegen als zubereitete Nahrung. Deshalb gehören diese nicht zur Liste der ohne Feuer gegessenen Teile.

Vollständig reife Früchte.

Auch sie wurden frisch gegessen.

Essbar ist die weiche innere Fruchtmasse mit Samen nach Entfernung der äußeren Haut.

Bei zahlreichen Opuntien sind die Früchte süßlich oder leicht säuerlich. Ihr Geschmack variiert jedoch je nach Pflanze und Saison.

Sowohl Knospen als auch Früchte tragen große Dornen und nahezu unsichtbare Glochiden.

Schon eine winzige Borste kann in die Mundschleimhaut eindringen.

Man darf deshalb weder Früchte noch Knospen direkt von der Pflanze abbeißen oder eine glatt wirkende Oberfläche als ungefährlich ansehen.

Knospen und Früchte dürfen erst nach vollständiger Entfernung der Dornen und Glochiden verwendet werden. Ist das nicht sicher möglich, wird nichts gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Südkalifornien leben mehrere heimische und eingeführte Opuntienarten.

Sie unterscheiden sich in Form und Dicke der Glieder, Zahl und Anordnung der Dornen, Blütenbau und Verbreitung.

Opuntia oricola besitzt gewöhnlich große flache Glieder, auffällige lange Dornen und eine strauchartige Verzweigung.

Die Essbarkeit junger Sprossglieder anderer Opuntien darf nicht auf diese Art übertragen werden.

Der historische Bericht aus San Pasqual nennt frische Knospen und Früchte. Für grüne Glieder beschreibt er dagegen eine Zubereitung mit Hitze.

QUELLEN

- California State Parks, San Pasqual Battlefield State Historic Park Nature Trail, Station 11, Opuntia oricola: https://www.parks.ca.gov/pages/655/files/SanPasqualNatureTrailGuide_FINAL120314.pdf
- Calflora, Opuntia oricola, Vorkommen: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5948
- Wikimedia Commons, Bildersammlung Opuntia oricola: https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Opuntia_oricola

Braundornige Opuntie — purpurrote Früchte trockener Hänge · Opuntia phaeacantha

Opuntia phaeacantha

Niedrige Opuntien mit flachen ovalen Sprossgliedern wachsen weit entfernt vom Meer zwischen Steinen und lichten Wüstensträuchern.



Opuntia phaeacantha mit niedrigen Ketten flacher ovaler dorniger Glieder, gelben Blüten und purpurroten Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr öffnen sich über den Dornen große gelbe Blüten. Gegen Ende der warmen Jahreszeit entwickeln sich daraus fleischige purpurrote Früchte.

Ihr Inneres kann saftig und süßlich sein. Die stachelige äußere Oberfläche erfordert jedoch besondere Vorsicht.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze bildet einen niedrigen Strauch oder wächst über den Boden.



Opuntia phaeacantha mit niedrigen Ketten flacher ovaler dorniger Glieder, gelben Blüten und purpurroten Früchten

Sadambio · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die einzelnen grünen Sprossglieder sind oval, häufig zehn bis fünfundzwanzig Zentimeter lang und in verzweigten Ketten miteinander verbunden.

Ein Bestand kann ungefähr dreißig bis neunzig Zentimeter hoch werden und sich über mehrere Meter ausbreiten.

Aus Areolen auf den Gliedern wachsen lange starre Dornen. Manche sind nach unten oder seitlich gerichtet.

Daneben befinden sich feinste Glochiden.

Die großen Blüten sind meist gelb, manchmal mit rötlicher Mitte.

Die fleischigen Früchte werden rot oder purpurn und sind bei voller Reife weicher. Ihre Oberfläche trägt aber weiterhin gefährliche kleine Borsten.

Die Populationen dieses Artenkomplexes sind stark veränderlich und können sich mit verwandten Opuntien kreuzen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In Kalifornien besiedelt Opuntia phaeacantha trockene Gebiete im Süden und Osten des Bundesstaats.

Sie wächst in Wüsten, auf steinigen Hängen, in lichten Pinyon-Wacholder-Gehölzen und in einzelnen Bergtälern.

Auf bewässerten Rasenflächen von Sacramento ist sie keine gewöhnliche wild wachsende Opuntie.

In geeigneten Lebensräumen kann sie breite auffällige Gruppen bilden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die hauptsächliche Blüte fällt in das späte Frühjahr und den frühen Sommer.

Die Früchte wachsen während der warmen Monate und reifen überwiegend vom Hochsommer bis zum Herbst.

In höheren Lagen oder nach einem kühlen Frühjahr kann sich die Reife verzögern.

Die Fruchtfarbe allein ersetzt keine Kontrolle der vollständigen Reife.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte.

Für Opuntia phaeacantha ist der traditionelle Verzehr frischer Früchte ausdrücklich beschrieben.

Nach vollständiger Entfernung aller Dornen und Glochiden kann das saftige innere Fruchtfleisch mit Samen gegessen werden.

Früchte wurden auch getrocknet und für spätere Jahreszeiten aufbewahrt.

Die äußere Haut mit eventuell verbliebenen stechenden Borsten gehört nicht zur Nahrung.

Junge grüne Sprossglieder.

Ein Führer einer universitären Beratungsstelle bestätigt, dass junge Sprossglieder nach Entfernung der Dornen roh gegessen werden können.

Ihr Fruchtfleisch ist etwas schleimig. Wegen der Glochiden ist die Reinigung schwierig.

Für unerfahrene Menschen ist es praktischer, sich auf eine bereits bekannte, zuverlässig vollständig gereinigte reife Frucht zu beschränken.

Wenn Glochiden weder von Früchten noch von Gliedern vollständig entfernt werden können, unterbleibt der Rohverzehr.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die ebenfalls gesondert beschriebene Opuntia basilaris besitzt oft nahezu keine langen Dornen auf ihren flachen Gliedern.

Opuntia phaeacantha trägt dagegen häufiger deutliche Dornbüschel.

Es gibt zahlreiche Hybriden. Eine genaue Bestimmung erfordert gelegentlich Blüten und einen vergleichenden botanischen Schlüssel.

Ein unbekannter Kaktus wird nicht anhand eines einzigen Merkmals wie „runde Schaufel“ probiert.

QUELLEN

- NC State Extension, Opuntia phaeacantha: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/opuntia-phaeacantha/
- National Park Service, Artenüberblick: https://www.govinfo.gov/content/pkg/GOVPUB-I29-PURL-gpo136141/pdf/GOVPUB-I29-PURL-gpo136141.pdf
- California Academy of Sciences, Opuntia phaeacantha: https://research.calacademy.org/research/Botany/wildflow/wildflowers.asp?w_id=94

Oregano — frische würzige Blätter und Blüten verwilderter Gartenpflanzen · Origanum vulgare

Origanum vulgare

An einem sonnigen Hang bei einem alten Anwesen wachsen im Sommer gelegentlich niedrige Triebe mit duftenden gegenständigen Blättchen.



Origanum vulgare mit gegenständigen kleinen ovalen Blättern und verzweigten rosa-lila Blütengruppen

Wilfredor · CC0 · Wikimedia Commons

Im oberen Teil verzweigen sich die Stängel. Darüber öffnen sich kleine rosa-lila Blüten.

Wenn man ein Blatt einer bereits bestimmten Pflanze vorsichtig zerreibt, entsteht der vertraute Oreganoduft.

Dies ist Origanum vulgare, der Gewöhnliche Dost oder Oregano.



Origanum vulgare mit gegenständigen kleinen ovalen Blättern und verzweigten rosa-lila Blütengruppen

Sten Porse (Sten) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

In Kalifornien wird er hauptsächlich als Gewürzpflanze kultiviert und hält sich nur gelegentlich ohne Pflege.

Seine Blätter können ohne Erhitzen roh als Würze verwendet werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Oregano ist eine ausdauernde krautige Pflanze mit kurzen kriechenden Rhizomen und aufrechten vierkantigen Stängeln, gewöhnlich zwanzig bis sechzig Zentimeter hoch.

Die Blätter stehen gegenüber, haben kurze Stiele und sind oval. Sie werden ungefähr ein bis vier Zentimeter lang.

Der Blattrand ist ganzrandig oder kaum gezähnt.

Duftstoffdrüsen geben beim Reiben ein kräftiges Aroma ab.

Im oberen Stängelbereich entstehen dichte kurze ährenartige Blütengruppen, die zu verzweigten Blütenständen angeordnet sind.

Die Hochblätter sind häufig rosa bis purpurfarben.

Die eigentlichen Blüten besitzen zweilippige Kronen, klein und lila, purpurfarben oder rosa.

Nach der Blüte reifen im Kelch vier winzige Nüsschen.

Alte untere Triebe verholzen und werden grob.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Origanum vulgare als nicht heimische Art und verzeichnet einige Dutzend Beobachtungen in Kalifornien.

Die Pflanze erscheint häufiger bei Gärten, auf früheren Gemüsebeeten und in Siedlungsnähe.

Einzelne Funde sind aus Sonoma, Santa Cruz, Orange, Santa Barbara, Yolo und Sacramento County bekannt.

Im trockenen Chaparral darf man nicht jedes niedrige aromatische Kraut automatisch für Oregano halten.

Auf Privatgrund ist die Ernte ohne Erlaubnis nicht zulässig. Auch chemisch behandelte Rasenflächen eignen sich nicht zur Nahrung.

Kultivierte Zierformen können sich in Duft und Blattgröße unterscheiden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Bei ausreichender Feuchtigkeit erscheinen im Frühjahr neue Blätter.

Während eines milden kalifornischen Winters kann ein Teil der Pflanze grün bleiben.

Die zartesten Triebe wachsen im Frühjahr und Frühsommer.

Die Blüte beginnt gewöhnlich im Sommer. Die Blütenstände bleiben oft bis in den frühen Herbst bestehen.

Während heißer Trockenheit werden untere Blätter hart. Auf gut bewässerten Stellen können dagegen erneut weiche Triebspitzen entstehen.

Die Pflanze kann vor und während der Blüte als Gewürz gesammelt werden.

Für den Rohverzehr wählt man vorzugsweise kleine junge Blätter.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blätter.

Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Oregano ausdrücklich als aromatisches Grün.

Wenige junge Blätter können fein geschnitten und Gemüse, Bohnen oder anderen fertigen kalten Speisen beigegeben werden.

Wegen des kräftigen Dufts wird keine große Portion benötigt.

Blüten.

Auch sie werden in der artspezifischen Quelle als essbar beschrieben. Bei sicher bestimmter Pflanze können einige Blüten als würzige Zugabe verwendet werden.

Für die Aufbewahrung lassen sich die Blätter ohne Hitze auf einem sauberen Netz natürlich trocknen und anschließend zu einem trockenen Gewürz zerreiben.

Konzentriertes ätherisches Öl darf nicht als Lebensmittelersatz für frisches Blattgrün getrunken werden.

Wurzeln und harte ältere Stängel gehören nicht zur Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Majoran Origanum majorana besitzt einen ähnlichen Duft und Wuchs, hat jedoch oft weichere graufilzige Blätter und anders geformte Blütenstände.

Die heimische Monardella villosa duftet ebenfalls würzig. Ihre Blüten stehen aber in rundlicheren Köpfen, und die botanischen Merkmale sind verschieden.

Mentha spicata besitzt gewöhnlich breitere und stärker gezähnte Blätter sowie längliche Blütenähren.

Bei Oregano sind die Blattränder schwächer gezähnt und die Blütengruppen kleiner.

Allein der Geruch reicht nicht zur Bestimmung.

Man muss Blattanordnung, Blütenform und Stängel betrachten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5960
- https://pfaf.org/USER/plant.aspx?latinname=Origanum+vulgare

Kap-Sauerklee — gelbe Frühlingsblüten und saure Dreiblätter · Oxalis pes-caprae

Oxalis pes-caprae

Im späten Winter bedeckt manchmal ein dichter grüner Teppich die grasigen Hänge Kaliforniens.



Oxalis pes-caprae mit drei herzförmig eingekerbten Blättchen und mehreren großen leuchtend gelben Blüten

Daniel Feliciano · Public domain · Wikimedia Commons

Darüber leuchten zahlreiche gelbe Blüten.

Jede Pflanze trägt drei herzförmige Blättchen an einem langen Blattstiel. Ein Blütenschaft hält gleich mehrere auffällige Blüten.

Das ist Oxalis pes-caprae, der Kap-Sauerklee, eine aus Südafrika eingeführte Art, die sich entlang der kalifornischen Küste stark ausgebreitet hat.



Oxalis pes-caprae mit drei herzförmig eingekerbten Blättchen und mehreren großen leuchtend gelben Blüten

Daniel Feliciano · Public domain · Wikimedia Commons

Ihre Blätter und Blüten können in sehr kleinen Mengen roh gegessen werden.

Wegen der hohen Oxalsäurekonzentration sind sie aber eher eine saure Würze als Salatgrün.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige ausdauernde krautige Pflanze mit kleinen unterirdischen Zwiebeln, gewöhnlich zehn bis dreißig Zentimeter hoch.

Aus den Zwiebeln entwickeln sich lange saftige Blattstiele.

An jedem sitzen genau drei rundlich-herzförmige Blättchen mit einer tiefen Einkerbung am Ende.

Bei trübem Wetter und am Abend falten sie sich häufig zusammen.

Gesonderte blattlose Blütenschäfte ragen etwas über das Blattgrün und tragen mehrere Blüten auf längeren Stielen.

Die Blüten sind leuchtend gelb und ungefähr zwei bis drei Zentimeter breit.

Jede besitzt fünf Kronblätter und fünf kleine Kelchblätter.

In Kalifornien breitet sich die Art hauptsächlich mithilfe unterirdischer Tochterzwiebeln aus und weniger durch Samen.

Dadurch entstehen dichte Kolonien.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Tausende Beobachtungen von Oxalis pes-caprae.

Der California Invasive Plant Council hebt ihre Verbreitung an der Küste, in den Coast Ranges und im Sacramento Valley hervor.

Sie wächst auf Küstenwiesen, in Eichenwäldern, Stadtparks, Gärten, an Straßen und auf ehemaligen Feldern.

Die Pflanze kann heimische Frühlingskräuter verdrängen und gilt als invasiv.

Ihre Häufigkeit bedeutet nicht, dass jede Fläche sicher zur Nahrungssuche wäre.

In Stadtparks können Herbizide eingesetzt werden. Bei Straßen fällt viel Staub an. Auf Hundeauslaufflächen kann das Blattgrün verunreinigt sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten deutlichen Herbstregen beginnen die grünen Dreiblätter zu wachsen.

In tieferen Lagen erscheinen sie im Winter.

Die auffälligen gelben Blüten öffnen sich abhängig von der Region vor allem zwischen Dezember und April.

Solange der Boden feucht ist, wachsen zarte neue Blätter, die sich am ehesten für eine kleine saure Zugabe eignen.

Mit dem trockenen warmen Sommer vergilben die oberirdischen Teile schnell und verschwinden.

Unterirdische Zwiebeln überdauern bis zur nächsten Regenperiode.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und frische Blüten.

Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr bei Oxalis pes-caprae ausdrücklich.

Sie schmecken stark säuerlich, etwa wie zitroniges Blattgrün.

Für eine kalte Speise genügen wenige gut mit Trinkwasser gewaschene Blättchen oder ein bis zwei Blüten.

Die Blätter können auch kaltem Wasser ein schwach saures Aroma geben. Konzentrierte Getränke aus großen Mengen sind jedoch nicht empfehlenswert.

Oxalsäure kann in großen Mengen Kalzium binden und das Risiko von Nierenproblemen erhöhen.

Menschen mit oxalathaltigen Nierensteinen wird dieses rohe Grün nicht empfohlen.

Die unterirdischen Zwiebeln werden in der Quelle nur als zubereitete Nahrung beschrieben und sind deshalb keine Nahrung ohne Feuer.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der heimische Sauerklee Oxalis oregana besitzt gewöhnlich weißlichrosa Blüten und wächst in feuchten schattigen Wäldern, nicht in großen gelben Teppichen sonniger Küstengebiete.

Oxalis corniculata bildet stärker kriechende verzweigte Stängel und winzige gelbe Blüten, meist einzeln.

Oxalis pes-caprae besitzt mehrere größere gelbe Blüten auf einem gemeinsamen Blütenschaft sowie unterirdische Zwiebeln.

Kleearten der Gattung Trifolium tragen ebenfalls dreiteilige Blätter. Deren Blättchen besitzen jedoch nicht diese ausgeprägte herzförmige Einkerbung; ihre Blüten sind schmetterlingsförmig.

Drei Blättchen allein erlauben keine sichere Bestimmung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6016
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/oxalis-pes-caprae-profile/
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Oxalis+pes-caprae

Blaues Palo Verde — junge grüne Schoten eines Wüstenbaums · Parkinsonia florida

Parkinsonia florida

In den südlichen Wüsten Kaliforniens steht ein Baum, der selbst dann grün bleibt, wenn seine winzigen Blätter wegen der Trockenheit abgefallen sind.



Parkinsonia florida mit blaugrünen Zweigen, doppelt gefiederten Blättern und leuchtend gelben Blüten mit jungen Hülsen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Seine glatten blaugrünen Zweige bedecken sich im Frühjahr mit zahlreichen leuchtend gelben Blüten.

Das Blaue Palo Verde entwickelt Hülsenfrüchte.

Ganz junge weiche grüne Hülsen können roh gegessen werden. Für die reifen Samen sind dagegen vor allem Zubereitungen mit Hitze dokumentiert.



Parkinsonia florida mit blaugrünen Zweigen, doppelt gefiederten Blättern und leuchtend gelben Blüten mit jungen Hülsen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Gewöhnlich ein ausladender Baum von sechs bis neun Metern Höhe.

Sein Stamm und seine Äste besitzen eine glatte bläulichgrüne Oberfläche, die an der Fotosynthese teilnimmt.

Während feuchter Perioden erscheinen doppelt gefiederte Blätter mit winzigen Teilblättchen. Bei Trockenheit können sie rasch abfallen.

An den Knoten der Zweige sitzen kurze Dornen.

Im Frühjahr öffnen sich Blüten von ungefähr zwei bis drei Zentimetern Durchmesser mit fünf leuchtend gelben Kronblättern.

Ein Kronblatt ist gelegentlich orange gefleckt.

Nach der Blüte hängen flache längliche Hülsen mit mehreren Samen am Baum.

Junge Hülsen sind grün und zart; ausgereifte werden beige und trocken.

In älteren Floren trägt die Art auch den Namen Cercidium floridum.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

In natürlicher Umgebung ist Parkinsonia florida vor allem an die Sonora-Wüste gebunden, die den südöstlichen Rand Kaliforniens erreicht.

Der Baum bevorzugt trockene Flussbetten, sandige Terrassen und Flächen, die gelegentlich Wasser aus starken Regenfällen erhalten.

Im Sacramento Valley können ähnlich aussehende Bäume in Grünanlagen gepflanzt worden sein. Sie belegen nicht das natürliche Verbreitungsgebiet der Art.

In Wüstengebieten sind die blühenden Bäume wegen ihrer auffallend gelben Krone manchmal schon von Weitem zu erkennen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In warmen tieferen Lagen fällt die leuchtende Blüte gewöhnlich in März und April.

Laut dem botanischen Führer der University of Arizona sind zarte grüne Hülsen gegen Ende April und im Mai für die Ernte geeignet.

Danach trocknen sie rasch aus.

Im Juni und Juli hängen häufig bereits harte ausgereifte Samen am Baum.

Nach einem besonders trockenen Winter kann sich die Entwicklung verzögern oder der Fruchtansatz schwächer ausfallen.

Für Nahrung ist das kurze Zeitfenster entscheidend, in dem die Hülse noch weich ist.

Die dauerhaft grüne Rinde gehört nicht zu den essbaren Teilen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge grüne Hülsen.

Das Arboretum der University of Arizona beschreibt ausdrücklich den Rohverzehr unreifer Hülsen von Parkinsonia florida.

Solange die Hülsenwände weich und grün sind, können sie nach sicherer Bestimmung der Baumart und gründlicher Reinigung ohne Erhitzen gegessen werden.

Diese Nahrung ist saisonal und nicht das ganze Jahr vorhanden.

Reife Samen.

Die Quellen beschreiben deren Zerkleinern nach dem Rösten.

Deshalb gehören reife Samen nicht zu diesem Verzeichnis roher Nahrung.

Rinde, Blätter oder Blüten werden nicht allein deshalb als essbar angesehen, weil andere Hülsenfrüchtler essbare junge Pflanzenteile besitzen.

Von unbekannt behandelten Zierpflanzungen und stark befahrenen Straßen wird nichts gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die verwandte Wüstenart Parkinsonia microphylla bleibt gewöhnlich niedriger und trägt besonders kleine Blätter.

Bei ihr enden Triebe häufig in Dornen. Beim Blauen Palo Verde sitzen Dornen eher an den Knoten.

Die dekorative Parkinsonia aculeata besitzt anders gebaute Blätter, kann mit ihren Zweigen und Dornen aber ähnlich aussehen.

Eine trockene Hülse allein reicht zur Bestimmung nicht aus.

Man muss die charakteristisch blaugrünen Zweige, die Stellung der Dornen, Blätter und Blüten gemeinsam prüfen.

Die Nahrungsempfehlung für Parkinsonia florida gilt nicht automatisch für jeden Baum, der in einem Park „Palo Verde“ genannt wird.

QUELLEN

- https://arboretum.arizona.edu/parkinsonia-florida-blue-paloverde
- https://arboretum.arizona.edu/dunbar-spring-neighborhood-parkinsonia-florida
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6264

Blaue Passionsblume — weißblaue Blüten und orange Früchte mit roten Arillen · Passiflora caerulea

Passiflora caerulea

In warmen alten Gärten und zwischen verwilderten Kletterpflanzen Südkaliforniens kann man eine Liane mit ungewöhnlichen Blüten sehen. Rund um die weißen Kronblätter breiten sich zahlreiche feine blau und violett gestreifte Fäden aus. Später hängen an langen Fruchtstielen zunächst grüne, dann leuchtend orangefarbene ovale Früchte.



Passiflora caerulea mit fünfteiligen Blättern, weißblauen Strahlenblüten und orangefarbenen Früchten mit rötlichen Arillen

Fedotova Elizaveta · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Passiflora caerulea, die Blaue Passionsblume. Essbar sind bei vollständig reifen Früchten ausschließlich die saftigen Hüllen um die Samen, die sogenannten Arillen. Sie schmecken gewöhnlich weniger intensiv als das Fruchtfleisch gekaufter Passionsfrüchte.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde kletternde Liane mit dünnen biegsamen Stängeln und kräftigen spiralig eingerollten Ranken, mit denen sie sich an Ästen und Stützen festhält.

Die wechselständigen grünen Blätter sind glatt, lang gestielt und meistens in fünf tief getrennte längliche Lappen geteilt. Manchmal besitzen sie drei bis sieben Lappen.



Passiflora caerulea mit fünfteiligen Blättern, weißblauen Strahlenblüten und orangefarbenen Früchten mit rötlichen Arillen

Mezhenskyj · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die auffälligen Blüten sind etwa sieben bis zehn Zentimeter breit. Sie besitzen fünf weißliche Kelchblätter, fünf weiße Kronblätter und einen komplexen Strahlenkranz aus zahlreichen blauvioletten Fäden.

In ihrer Mitte ragen fünf Staubblätter und drei Narben empor.

Die eiförmige Frucht wird bei Reife orangegelb und gewöhnlich vier bis sechs Zentimeter lang.

Im Inneren befinden sich zahlreiche Samen, die von einer geringen Menge rötlicher saftiger Fruchthülle umgeben sind.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Passiflora caerulea stammt aus Südamerika. In Kalifornien wird sie bei Wohnhäusern angepflanzt und ist stellenweise verwildert.

Calflora verzeichnet Funde hauptsächlich aus Los Angeles, Orange, Ventura, Santa Clara und wenigen weiteren Countys, darunter einzelne Beobachtungen in der Gegend von Sacramento.

Eine botanische Beschreibung der UCLA dokumentiert eine eingebürgerte Liane im Griffith Park in Los Angeles.

Sie ist weder eine typische Wald- oder Wüstenfrucht Kaliforniens noch eine massenhaft vorkommende wilde Kletterpflanze.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima Südkaliforniens können die Blätter lange erhalten bleiben. Die Blüte reicht oft vom späten Frühjahr bis zum Herbst.

Grünliche junge Fruchtanlagen wachsen langsam heran. Im Spätsommer und Herbst werden die Früchte orangefarben.

An kühleren Standorten können sie möglicherweise nicht vollständig ausreifen.

Grüne Früchte sind keine Nahrung.

Für den Verzehr müssen die Arillen vollständig entwickelt und saftig sowie die äußere Fruchthülle durchgehend orange gefärbt sein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich die rötlichen saftigen Arillen einer vollständig reifen Frucht.

Eine wissenschaftliche Beschreibung der Vanderbilt University und der Pflanzenführer der North Carolina State University bestätigen die Essbarkeit der reifen Früchte von Passiflora caerulea. Sie weisen aber darauf hin, dass der Geschmack fad sein kann und wenig essbare Masse vorhanden ist.

Eine vollständig orangefarbene Frucht wird aufgeschnitten. Mit einem Löffel entnimmt man die kleine Menge saftiger Samenhüllen und isst sie frisch.

Die feste äußere Fruchthaut wird nicht gegessen.

Blätter, Stängel, Blüten, Wurzeln und unreife grüne Früchte gehören nicht zur Nahrung.

Calflora führt diese Art unter den potenziell giftigen Pflanzen. Deshalb dürfen die Angaben zu essbaren reifen Arillen keinesfalls auf andere Pflanzenteile übertragen werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Passiflora edulis, die eigentliche Maracuja, besitzt anders gestaltete Blüten, mehr Fruchtfleisch und bei Reife gewöhnlich eine violette oder gelbe Fruchthaut.

Andere eingeführte Passionsblumen können leuchtend rote Blüten und andere Blattformen haben.

Bei Passiflora caerulea sind die weißen Blütenblätter, der breite blau gestreifte Strahlenkranz, fünf Staubblätter und drei Narben besonders charakteristisch.

Hat man die blühende Liane nicht gesehen, ist eine sichere Artbestimmung anhand einer einzelnen orangefarbenen Frucht nicht möglich.

Vor allem grüne Früchte und Teile einer unbekannten Liane dürfen nicht gegessen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8664
- https://as.vanderbilt.edu/clacx/garden/plant-database/passiflora-caerulea/
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/passiflora-caerulea/

- https://www.smmflowers.org/mobile/ANF-descriptions/Passiflora_caerulea_UCLA_SantaMonicas.pdf

Gartenpetersilie — junge Blätter und tödlich giftige Doldenblütler-Doppelgänger · Petroselinum crispum

Petroselinum crispum

In einem kühlen alten Gemüsebeet kann eine niedrige Rosette frischgrüner, stark geteilter Blätter mit dem bekannten Petersilienduft erhalten bleiben. Im zweiten Jahr wächst manchmal ein hoher Stängel darüber, an dessen Ende winzige grüngelbe Blüten in Dolden stehen.



Petroselinum crispum mit frischgrünen doppelt bis dreifach gefiederten Petersilienblättern und kleinen grüngelben Dolden

DenesFeri · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Petroselinum crispum, die Gartenpetersilie, die in Kalifornien nur gelegentlich außerhalb der Kultur gefunden wird.

Ihre jungen Blätter werden roh gegessen. Eine unbekannte wilde Doldenblütlerpflanze zu sammeln, nur weil sie wie Petersilie aussieht, ist jedoch äußerst gefährlich: In Kalifornien wachsen tödlich giftige Doppelgänger.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine zweijährige krautige Pflanze, im ersten Jahr gewöhnlich etwa fünfzehn bis vierzig Zentimeter hoch und zur Blütezeit im zweiten Jahr sechzig bis hundert Zentimeter.



Petroselinum crispum mit frischgrünen doppelt bis dreifach gefiederten Petersilienblättern und kleinen grüngelben Dolden

4028mdk09 · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die unteren Blätter bilden eine dichte grundständige Rosette.

Ihre langen Blattstiele tragen doppelt oder dreifach gefiederte Blätter aus zahlreichen hellgrünen keilförmigen Abschnitten.

Bei glatten Blattpetersiliensorten sind diese flach und gezähnt, bei krausen Sorten stark gekräuselt. Beide Formen gehören zur selben Art.

Im zweiten Jahr wächst ein aufrechter gefurchter verzweigter Stängel ohne großes braunes holziges Stammstück.

Kleine grüngelbe Blüten sitzen an den Zweigenden in zusammengesetzten Dolden.

Nach der Bestäubung entstehen winzige gerippte Spaltfrüchte mit je zwei Samen.

Beschädigte Petersilienblätter verströmen ihren charakteristischen Duft. Das Aroma allein ist jedoch kein zuverlässiges Bestimmungsmerkmal für ein unbekanntes Wildkraut.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Petroselinum crispum als nicht heimische Art und dokumentiert ungefähr zwanzig Beobachtungen außerhalb von Gemüsegärten.

Wahrscheinliche Standorte sind aufgegebene Beete, Kompoststellen, Stellen mit weggeworfenem Gartengrün und Böden in Siedlungsnähe.

Im Sacramento Valley wird Petersilie häufig während der kühlen Jahreszeit kultiviert.

Auf wirklichen Wildwiesen wachsen jedoch viel häufiger ganz andere Doldenblütler.

Besonders gefährlich sind der gefleckte Schierling Conium maculatum und Wasserschierlingsarten der Gattung Cicuta, die auf feuchten kalifornischen Böden vorkommen. Sie dürfen weder anhand des Geruchs geprüft noch gekostet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Frische Blätter wachsen im kühlen Herbst, in milden Gegenden im Winter und erneut im Frühjahr.

Wenn im zweiten Lebensjahr die Temperatur ansteigt, wächst der hohe Blütenstängel. Die Blätter verlieren dann zunehmend ihre Zartheit.

Die Blüte fällt gewöhnlich in das späte Frühjahr und den Sommer.

Danach bilden sich Samen und die Pflanze beendet ihren Lebenszyklus.

Für den Rohverzehr werden kleine junge Blätter vor dem deutlichen Strecken des Stängels verwendet.

Bei älteren Pflanzen wird das Aroma oft kräftiger, während die Blattstiele grob werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihre Verwendung als rohe Würze.

Eine kleine Menge von einer sicher bekannten Gartenpflanze kann mit sauberem Trinkwasser gewaschen, fein geschnitten und zu kaltem Gemüse gegeben werden.

Glatte und krause Sorten werden gleichermaßen verwendet. In den Falten krauser Blätter können jedoch Erde und Schmutz zurückbleiben.

Große Portionen sind nicht notwendig: Die Pflanze enthält biologisch aktive Stoffe, die besonders in Samen und Öl konzentriert sind.

Plants For A Future warnt vor übermäßiger Anwendung und Risiken während der Schwangerschaft.

Wurzeln und Samen gehören nicht zu den hier empfohlenen rohen Nahrungsteilen für unterwegs.

Von einer unbekannten Pflanze wird auch nicht ein einziges Blatt probiert.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Conium maculatum kann ähnlich fein geteilte Blätter besitzen, ist jedoch tödlich giftig.

An ausgewachsenen Stängeln zeigen sich häufig purpurfarbene Flecken. Auch der Geruch ist anders. Keines dieser Einzelmerkmale genügt aber allein, um eine Verwechslung sicher auszuschließen.

Cicuta douglasii wächst an Gewässern und kann ebenfalls geteilte Blätter besitzen. Alle Pflanzenteile sind gefährlich.

Junger Koriander Coriandrum sativum erinnert an Petersilie, besitzt aber eine andere Frucht- und Blattform sowie ein typisches Aroma.

Ohne sichere Zuordnung zu einer bekannten Gartenpflanzung und eine gründliche botanische Bestimmung wird vermeintliche „wilde Petersilie“ besser nicht gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6278
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Petroselinum+crispum
- https://ipm.ucanr.edu/PMG/PESTNOTES/pn74162.html

Dattelpalme — süße reife Früchte an langen Fruchtständen · Phoenix dactylifera

Phoenix dactylifera

In heißen Tälern Südkaliforniens hängen im Sommer schwere lange Fruchtstände von hohen Palmen herab.



Phoenix dactylifera mit hoher gefiederter Blattkrone und langen hängenden Fruchtständen vollreifer Datteln

Rajat Kalra (rohilla) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Während der Reife verfärben sich die länglichen Früchte von Grün zu Gelb, Rötlich oder Braun. Ihr Fruchtfleisch wird weich und süß.

Dies ist die kultivierte Echte Dattelpalme, Phoenix dactylifera.

Von der heimischen Kalifornischen Fächerpalme unterscheidet sie sich besonders durch die gefiederten Blätter und die Größe der Früchte.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Phoenix dactylifera entwickelt einen hohen Stamm mit deutlichen Narben ehemaliger Blattbasen.

An seiner Spitze steht eine Krone großer gefiederter Blätter.

Jedes Blatt besteht aus vielen schmalen, spitz zulaufenden Fiederblättchen entlang einer langen Mittelachse.

An der Basis eines Blattstiels können lange harte Dornen stehen.

Männliche und weibliche Blütenstände entwickeln sich auf verschiedenen Bäumen.

An den weiblichen Palmen entstehen nach erfolgreicher Bestäubung lange herabhängende Fruchtstände.

Die Früchte sind länglich, gewöhnlich mehrere Zentimeter lang und enthalten jeweils einen einzigen harten länglichen Stein.

Während des Reifens ändern sich Farbe, Festigkeit der Schale und Konsistenz des Fruchtfleisches.

Eine braune Frucht einer unbekannten Palme ist allein aufgrund ihrer Farbe nicht sicher als Dattel bestimmbar.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Dattelpalme ist keine ursprünglich heimische Baumart Kaliforniens.

Sie wird seit Langem im Süden des Bundesstaats kultiviert, besonders in den heißen Tälern Coachella und Imperial.

Dort ist im Sommer ausreichend Wärme für eine gute Fruchtreife vorhanden.

Daneben gibt es alte Zierpflanzungen und einzelne verwilderte Palmen.

Eine Palme auf Privatgrund gehört ihrem Eigentümer. Die Früchte dürfen nicht ohne Erlaubnis gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Palmen blühen im Frühjahr.

Ihre Früchte durchlaufen mehrere Reifestadien. Je nach Sorte reicht die Erntezeit vom späten Sommer bis weit in den Herbst.

In kühleren Regionen können die Früchte weniger süß bleiben.

Manche ausgereiften Datteln sind weich und saftig. Andere trocknen noch am Fruchtstand auf die aus dem Handel bekannte Konsistenz ein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Datteln.

Das süße Fruchtfleisch kann frisch und ohne Erhitzen gegessen werden. Dabei wird der einzelne harte Stein entfernt.

Sind Früchte bereits am Fruchtstand natürlich getrocknet, sauber und frei von Schimmel und Fäulnis, können auch sie ohne Zubereitung gegessen werden.

Eine starke Schrumpfung ist nicht bei jeder Sorte ein Anzeichen von Verderb; bei einigen gehört sie zum normalen Reifestadium.

Andere Teile: Der harte Stein und die starren gefiederten Blätter sind keine rohe Nahrung.

Sehr grüne und stark herbe Früchte dürfen nicht mit ausgereiften Datteln gleichgesetzt werden.

Bei einer zufällig gewachsenen oder unbekannt kultivierten Palme lässt sich die Fruchtqualität nicht allein aus der Form ihrer Krone erschließen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Kanarische Dattelpalme Phoenix canariensis bildet meist eine massigere dekorative Krone und andere Früchte mit oft wenig essbarem Fruchtfleisch.

Washingtonia filifera besitzt dagegen große fächerförmige Blätter und wesentlich kleinere, nahezu runde Früchte.

Auch bei einer echten Dattelpalme müssen Herkunft und Reifegrad der Früchte bekannt sein.

Herabfallende schwere Fruchtstände und dornige Blattbasen können Verletzungen verursachen.

Man sollte weder auf eine Palme klettern noch versuchen, unerreichbare schwere Fruchtstände herunterzuziehen.

QUELLEN

- Calflora, Phoenix dactylifera: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6450
- USDA, Informationen zur Kultur der Dattelpalme: https://plants.usda.gov/home/plantProfile?symbol=PHDA4
- Wikimedia Commons, Phoenix dactylifera: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Phoenix_dactylifera.jpg

Eckige Blasenkirsche — goldene Beeren in zehnkantigen Hüllen · Physalis angulata

Physalis angulata

Auf lockerem Boden bei einem alten Feld oder am feuchten Rand eines Gemüsebeets wächst im Sommer gelegentlich ein niedriges verzweigtes Kraut.



Physalis angulata mit gelblicher Blüte, zehnkantiger papierartiger Hülle und darin goldorangefarbener reifer Beere

João de Deus Medeiros · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Nach einer unauffälligen gelben Blüte bläht sich um seine Frucht ein dünner grüner Kelch auf, der wie eine kleine Papierlaterne mit deutlich sichtbaren Kanten aussieht.

Im Inneren einer vollständig ausgereiften Hülle steckt eine kleine gelb-orangefarbene Beere.

Das ist Physalis angulata, die Eckige Blasenkirsche. Sie wurde auch im Sacramento Valley nachgewiesen.

Ohne Erhitzen darf ausschließlich das Fruchtfleisch vollständig reifer Beeren gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges Kraut, gewöhnlich zwanzig bis achtzig Zentimeter hoch, mit grünen, manchmal kantigen Stängeln.

Die Triebe wachsen aufrecht, verzweigen sich stark und sind überwiegend glatt oder tragen einzelne kurze Haare.

Die wechselständigen Blätter sind eiförmig bis breit lanzettlich und besitzen oft einen unregelmäßigen Rand mit einigen großen Zähnen.

Die einzelnen herabhängenden Blüten hängen an dünnen Stielen. Ihre blassgelbliche Krone hat fünf Lappen und manchmal eine dunklere Zeichnung in der Mitte.

Nach der Bestäubung wächst der Kelch rasch und umschließt die Frucht vollständig.

Die reife papierartige Hülle ist stark aufgeblasen und besitzt zehn auffallende Rippen.

Darin liegt eine rundliche, vielsamige Beere mit bis zu zwei oder drei Zentimetern Durchmesser, die bei voller Reife gelb bis goldorange wird.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Physalis angulata als kalifornische heimische Art mit mehr als hundert Beobachtungen.

Funde gibt es in Butte, Colusa, Sacramento, Sutter, Yolo, San Joaquin und weiteren Countys.

Die Art wächst auf gestörten offenen Böden, an Garten- und Feldrändern sowie in feuchten sonnigen Mulden, wo nach Regen oder Bewässerung ausreichend Feuchtigkeit vorhanden ist.

In tiefem Waldschatten und auf kalten hohen Hängen ist sie deutlich weniger wahrscheinlich.

In Ackerland und an Gräben können Herbizide, Abwasser und andere Verunreinigungen auftreten.

Dort werden keine rohen Beeren gesammelt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit der Erwärmung im Frühjahr keimen die Samen und die Pflanze bildet schnell neue Blätter.

Gelbe Blüten erscheinen im Sommer, besonders nach ausreichender Feuchtigkeit.

Im Spätsommer und Herbst wachsen die papierartigen Hüllen und trocknen allmählich. Die Beeren darin färben sich nach und nach gleichmäßig goldgelb.

An einer Pflanze können gleichzeitig Blüten, grüne Früchte und reife Beeren hängen.

Zum Essen eignen sich ausschließlich weiche vollständig gefärbte Beeren, die sich aus der Hülle lösen lassen.

Harte grüne Früchte sind ungeeignet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren.

Der artspezifische Führer Plants For A Future und die Beschreibung von Growables bestätigen ausdrücklich ihren Rohverzehr.

Eine trockene oder bereits heller werdende Hülle wird geöffnet und vollständig weggeworfen.

Gegessen wird ausschließlich die goldfarbene innere Beere samt ihren weichen kleinen Samen.

Sie schmeckt säuerlich-süß und erinnert manchmal an Stachelbeeren und Tomaten.

Einige saubere reife Beeren lassen sich ohne Erhitzen in kaltem Trinkwasser zerdrücken.

Die papierartige Kelchhülle ist nicht essbar und wird in den Quellen als giftig bezeichnet.

Blätter und Stängel gehören ebenfalls nicht zur rohen Nahrung.

Junge Blätter werden in ethnobotanischen Beschreibungen zubereitet und nicht roh gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Physalis peruviana ist meist größer und stärker behaart und besitzt eine orangefarbene reife Beere in einer trockenen Hülle.

Physalis longifolia hat schmalere Blätter und mehrjährige unterirdische Ausläufer.

Manche kalifornischen Physalis-Arten sehen einander so ähnlich, dass eine einzelne papierartige Hülle für die Bestimmung nicht genügt.

Giftige Nachtschattengewächse können ähnliche Blätter besitzen, unterscheiden sich aber im Kelch- und Blütenbau.

Eine unbekannte Beere wird niemals zum Bestimmen probiert, besonders wenn sie noch grün ist oder die dazugehörige Blüte nicht eindeutig erkannt wurde.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10222
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Physalis+angulata
- https://www.growables.org/informationVeg/GroundCherry.htm

Dickblättrige Blasenkirsche — gelbe Beere trockener Wüstenhänge · Physalis crassifolia

Physalis crassifolia

Auf einem trockenen sandigen Hang Südkaliforniens verbirgt sich gelegentlich ein niedriges Kraut mit graugrünen Blättern und kleinen gelben Blüten, die in der Mitte dunkle Flecken besitzen.



Physalis crassifolia mit graugrünen dickeren Blättern, gelben dunkel gefleckten Blüten und papierartiger Fruchthülle

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Später entwickelt sich aus der Blüte eine aufgeblähte papierartige Hülle, in der eine runde Frucht heranreift.

Das ist Physalis crassifolia, eine heimische Blasenkirsche trockener Wüstenregionen.

Vollständig reife Früchte können roh gegessen werden. Grüne unreife Beeren und der umgebende papierartige Kelch können dagegen giftig sein.



Physalis crassifolia mit graugrünen dickeren Blättern, gelben dunkel gefleckten Blüten und papierartiger Fruchthülle

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Eine hübsche „Laterne“ bedeutet keineswegs, dass die gesamte Pflanze essbar wäre.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine niedrige ausdauernde Pflanze, die häufig als saisonales Kraut mit mehreren Stängeln aus einer gemeinsamen Basis wächst. Sie wird gewöhnlich nicht höher als dreißig bis vierzig Zentimeter.

Die Triebe können ausgebreitet, leicht kantig und zickzackförmig sein. Sie besitzen kurze Haare.

Die Blätter stehen wechselständig oder nahe einer Verzweigung zu Paaren zusammengerückt. Sie sind oval, relativ dick, manchmal graufilzig und haben einen glatten bis leicht gewellten oder gezähnten Rand.

Die Blüten stehen einzeln an dünnen Stielen.

Ihre Krone ist breit glockenförmig und gewöhnlich gelb, mit mehreren dunklen Flecken nahe der Mitte.

Nach der Bestäubung wächst der zunächst fünfzähnige grüne Kelch rasch und schließt die heranwachsende Beere vollständig ein.

Er verwandelt sich in eine trocknende papierartige Hülle mit gut erkennbaren Adern.

Im Inneren liegt eine zunächst harte grüne Beere.

Bei vollständiger Reife wird sie weicher und kann eine goldgelbe Farbe annehmen. Die Hülle vergilbt und trocknet.

Aus der Farbe der papierartigen Hülle allein darf die Fruchtreife nicht abgeleitet werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Physalis crassifolia in den Listen der Wüstenpflanzen Südkaliforniens, unter anderem in San Diego County und in der Anza-Borrego-Wüste.

Typische Standorte sind trockene sandige und steinige Hänge, Wüstenmulden und offene gestörte Böden, auf denen nach Winterregen zeitweise Grün erscheint.

Es handelt sich nicht um eine massenhaft verfügbare Wildfrucht des Sacramento Valley.

An warmen Wüstenstandorten wächst die Pflanze verstreut. Zwischen zwei Exemplaren können große Entfernungen liegen.

Die Pflanze ist klein und die Früchte sind einzeln unter den Blättern verborgen. Für Reisende ist die tatsächliche Erntemenge deshalb gering.

Eine Ernte kommt nur bei eindeutig bestimmter Art infrage.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Winter- und Frühlingsregen wachsen aus der Basis neue Blätter.

Die Blüte findet hauptsächlich im Frühjahr statt. In Wüsten hängt der genaue Zeitpunkt stark von den Niederschlägen ab. In einem feuchteren Jahr können auch später einzelne Blüten erscheinen.

Nach der Bestäubung entwickelt sich ein grüner aufgeblähter Kelch. Die darin verborgene Frucht ist zunächst unreif.

Während der warmen Jahreszeit wird die Beere allmählich weich und vollständig gefärbt. Die Reife fällt häufig in den späten Frühling und Sommer.

Entscheidend ist der Zustand der Beere und nicht ein bestimmter Monat.

Bei Austrocknung des Bodens können oberirdische Triebe absterben; trockene Hüllen bleiben manchmal liegen.

Eine trockene Hülle mit dunklem oder verschimmeltem Inhalt ist keine Nahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich eine vollständig reife Beere, die aus dem Kelch entfernt wurde.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Physalis crassifolia und warnt gesondert vor dem giftigen papierartigen Kelch.

Geeignet ist nur eine weiche ausgereifte Beere ohne grüne unreife Stellen.

Vor dem Essen wird die papierartige Hülle vollständig entfernt. Die Frucht wird geprüft und bei Verschmutzung mit sauberem Trinkwasser gewaschen.

Geschmack und Süße schwanken bei dieser Wildart. Einige Beeren können recht herb sein.

Nicht gegessen werden unreife grüne Beeren, Blätter, Blüten, Kelche, Stängel oder Wurzeln.

In Nachtschattengewächsen kommen giftige Glykoalkaloide vor. Die Ähnlichkeit mit kultiviertem Tomatillo ist kein Beleg für die Essbarkeit anderer Pflanzenteile.

Auch eine vollreife Frucht wird nicht gesammelt, wenn die Art nicht anhand von Blüte und Blättern sicher bestimmt ist.

Die Beere ist ein seltener kleiner Dessertfund und keine sichere Grundlage für längere Selbstversorgung.

Bei jedem Zweifel bleibt sie an der Pflanze.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die kultivierte Tomatillo Physalis philadelphica besitzt meist größere Früchte und wächst unter anderen Bedingungen.

Physalis peruviana trägt orangefarbene Früchte und steht häufiger mit Gartenpflanzungen oder Verwilderungen in Verbindung.

Die wilden Arten Physalis hederifolia und Physalis angulata können ähnlich aussehen, unterscheiden sich jedoch in Blättern, Behaarung, Blütenflecken und Kelchform.

Besonders gefährlich ist eine Verwechslung mit unbekannten Nachtschattenarten der Gattung Solanum, die kleine Beeren ohne den charakteristischen Papierkelch tragen.

Aber auch das Vorhandensein einer Hülle macht eine grüne Beere nicht essbar.

Zuerst müssen Blüte, Blätter und Art sicher bestimmt sein; erst danach darf ein vollständig reifes Fruchtinnere erwogen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px912
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Physalis+crassifolia
- https://plants.sdsu.edu/sdpls/plants/Physalis_crassifolia/

Langblättrige Blasenkirsche — grüngelbe reife Beeren seltener Bestände · Physalis longifolia

Physalis longifolia

Auf einem vereinzelten aufgegebenen Feld Nordkaliforniens kann ein hoher Physalis mit länglichen Blättern und weißlichgelben Blüten wachsen.



Physalis longifolia mit länglich schmalen Blättern, hängenden hellgelben Blüten und papierartig umhüllten grüngelben Beeren

NY State IPM Program at Cornell University · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Während der Reife blähen sich papierartige Hüllen um die Früchte auf. Darin liegen grüngelbe Beeren.

Das ist Physalis longifolia, die Langblättrige Blasenkirsche, die im zentralen Teil Nordamerikas weithin bekannt ist, in kalifornischen Fundlisten jedoch äußerst selten erscheint.

Vollständig reife Beeren wurden tatsächlich roh und natürlich getrocknet gegessen. Alle grünen Pflanzenteile bleiben außerhalb der Nahrungsliste.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausdauernde krautige Pflanze mit unterirdischen Ausläufern und aufrechten verzweigten Stängeln, gewöhnlich dreißig bis hundert Zentimeter hoch.

Die wechselständigen Blätter sind vergleichsweise schmal, länglich-eiförmig bis lanzettlich, zugespitzt und am Rand unregelmäßig. Sie werden häufig ungefähr drei bis acht Zentimeter lang.

Die Stängel sind meist nur schwach oder kurz behaart.

Einzelne herabhängende Blüten entstehen in den Blattachseln. Ihre blassgelbe Krone besitzt fünf Lappen, manchmal mit dunklen Flecken am Grund, und fünf Staubblätter.

Nach der Blüte wächst der Kelch zu einer papierartigen Hülle mit auffälligen Adern heran.

Im Inneren liegt eine runde Beere mit vielen weichen kleinen Samen.

Nach vollständiger Reife ist die Beere gelbgrün und muss keineswegs orange werden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Physalis longifolia var. longifolia als nicht heimische Pflanze Kaliforniens mit ungefähr acht älteren Fundangaben, hauptsächlich aus Siskiyou County und vereinzelt aus Santa Barbara.

Das California Department of Food and Agriculture untersuchte gesondert ihren Status als unerwünschte Unkrautpflanze.

Diese Art ist deshalb keine verbreitete Nahrung im Sacramento Valley.

Sie darf auch nicht durch das Auspflanzen oder Ausstreuen ihrer Samen in der Natur verbreitet werden.

Einen ungewöhnlichen Fund kann man fotografisch dokumentieren. Rhizome oder Samen dürfen nicht auf andere Flächen gebracht werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Auf feuchtem lockerem Boden treiben die ausdauernden unterirdischen Teile nach der Erwärmung im Frühjahr aus.

Die Blüten öffnen sich gewöhnlich im Sommer.

Die papierartigen Hüllen und darin enthaltenen Beeren reifen gegen Ende des Sommers und im Herbst.

Im kühlen nördlichen Klima kann die Saison kurz sein, sodass manche Früchte grün und unreif bleiben.

Zum Rohverzehr eignet sich ausschließlich eine vollständig entwickelte weiche Beere mit ihrer typischen gelbgrünen Reifefarbe.

Man darf sie nicht mit einer kleinen noch unreifen harten grünen Frucht verwechseln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich vollständig reife Beeren.

Eine ethnobotanische Studie von Kindscher und Kollegen über gerade diese Art beschreibt den Verzehr reifer Früchte sowohl frisch als auch nach natürlichem Trocknen.

Den Geschmack frischer Beeren verglichen die Forschenden mit säuerlichen Erdbeeren und einer leicht prickelnden Note.

Getrocknete Beeren wurden mit einer Mischung aus Rosinen und getrockneten Cranberrys verglichen.

Unterwegs wird eine eindeutig reife Beere aus ihrer papierartigen Hülle genommen.

Der gesamte Kelch wird weggeworfen; nur die innere Fruchtmasse wird gegessen.

Blätter, Stängel, Wurzeln, unreife Beeren und Kelchhüllen sind keine rohe Nahrung.

Zum Trocknen dürfen ausschließlich saubere, völlig reife Früchte verwendet werden. Schimmel schließt den Verzehr aus.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Physalis angulata ist gewöhnlich einjährig und besitzt stärker kantige Stängel und Kelche.

Physalis longifolia bildet dagegen mehrjährige Bestände aus unterirdischen Trieben und hat länglichere schmale Blätter.

Physalis pubescens bleibt meist niedriger und ist deutlich weich behaart.

Die kultivierte Tomatillo Physalis philadelphica besitzt größere Früchte, die ihre Hülle eng ausfüllen.

Viele Physalis-Arten lassen sich ohne Blüten schwer unterscheiden.

Eine einzelne papierartige Hülle ist daher keine ausreichende Grundlage, um eine Beere als sicher einzustufen.

Grüne Pflanzenteile zahlreicher Nachtschattengewächse können giftig sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6482
- https://nativeplants.ku.edu/sites/nativeplants/files/documents/Physalis-Ethnobotany-paper.pdf
- https://blogs.cdfa.ca.gov/Section3162/wp-content/uploads/2024/06/Physalis-longifolia.pdf

Kapstachelbeere — goldorange Beeren in trockenen Papierhüllen · Physalis peruviana

Physalis peruviana

In warmen Teilen Kaliforniens wächst nahe alten Gemüsegärten gelegentlich ein buschiges Kraut mit weich behaarten Blättern und kleinen herabhängenden gelben Blüten.



Physalis peruviana mit weich behaarten Blättern, gelben dunkel gefleckten Blüten und goldorangener Beere in einer trockenen Hülle

Blanka Luppová · CC0 · Wikimedia Commons

Nach der Blüte bläht sich um jede Frucht eine dünne, später trockene Hülle auf, die wie eine Papierlaterne aussieht.

In einer vollständig ausgereiften hellbraunen Hülle liegt eine runde orangefarbene Beere mit süßsäuerlichem Geschmack.

Dies ist Physalis peruviana, die Kapstachelbeere. Ihre reife Frucht kann roh gegessen werden, aber nur nach vollständiger Reife und Entfernung des Kelches.



Physalis peruviana mit weich behaarten Blättern, gelben dunkel gefleckten Blüten und goldorangener Beere in einer trockenen Hülle

Hans B.~commonswiki (Zuschreibung nach Commons vermutet) · Public domain · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine kurzlebige ausdauernde Pflanze, in kühleren Regionen oft einjährig, gewöhnlich etwa einen halben bis eineinhalb Meter hoch.

Die grünlichen verzweigten Stängel sind weich behaart.

Die wechselständigen Blätter sind breit eiförmig, gestielt und besitzen einen gezähnten oder unregelmäßigen Rand.

Die einzelnen Blüten hängen nach unten. Sie sind glockenförmig und gelblich, mit dunkleren Flecken in der Mitte.

Nach der Bestäubung wächst der Kelch zu einer dünnen aufgeblähten Hülle mit sichtbaren Längsadern und umschließt die Beere vollständig.

Die reife Frucht ist glatt, rund und gewöhnlich ein bis zwei Zentimeter im Durchmesser.

Sie wird goldgelb bis orange und enthält zahlreiche kleine Samen im saftigen Fruchtfleisch.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Kapstachelbeere stammt aus Südamerika.

In Kalifornien findet man sie überwiegend in Kulturen und in vereinzelten verwilderten Beständen wärmerer Gegenden. Calflora dokumentiert entsprechende Beobachtungen.

Am wahrscheinlichsten ist ein Fund bei ehemaligen Gemüsebeeten und Gärten oder dort, wo Samen kultivierter Früchte auf den Boden gelangten.

Auf offenen felsigen Hängen der Sierra Nevada ist sie keine charakteristische Wildpflanze.

Sie verträgt starken Frost schlecht und kann sich deshalb an der Küste oder im Süden länger halten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit Beginn der warmen Jahreszeit erscheinen Triebe und Blätter, danach herabhängende Blüten.

Die Früchte setzen im Sommer an und werden besonders in warmen Gegenden vom Spätsommer bis zum Herbst reif.

Zwei Merkmale müssen zusammenpassen: eine trockene hellbraune Hülle und eine darin liegende vollständig orangefarbene weiche Beere.

Solange die Hülle grün und die Beere hart ist, darf sie nicht gegessen werden.

Vollständig reife Früchte können manchmal in einer intakten trockenen Hülle selbst auf den Boden fallen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich vollständig reife Beeren.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Physalis peruviana.

Die trockene papierartige Hülle wird vollständig entfernt und weggeworfen.

Die goldorange Beere wird frisch gegessen. Sie besitzt einen ausgeprägten süßsauren Geschmack, der zugleich an Tomaten und tropische Früchte erinnern kann.

Vollständig reife Beeren lassen sich unter sauberen trockenen Bedingungen auch ohne Erhitzen natürlich trocknen. Dabei darf kein Schimmel entstehen.

Blätter, Stängel, Wurzeln, unreife grüne Früchte und die papierartige Hülle sind dagegen keine sichere Nahrung.

Pflanzenführer weisen ausdrücklich auf ihre Giftigkeit hin.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Physalis crassifolia, eine heimische Wüstenart, bleibt meist kleiner und unterscheidet sich in Kelchbau und Behaarung, trägt aber ebenfalls Früchte in aufgeblähten Hüllen.

Die kultivierte Tomatillo Physalis philadelphica unterscheidet sich gewöhnlich in Größe und Farbe reifer Früchte.

Nicht jede Beere unter einer papierartigen Hülle darf gegessen werden.

Auch innerhalb der Gattung Physalis hängt die Sicherheit von der genauen Art und ihrem Reifegrad ab.

Zur Bestimmung gehören die gelbe dunkel gefleckte Blüte, der charakteristisch behaarte Wuchs, die Kelchhülle und die völlig reife Beere.

QUELLEN

- https://pfaf.org/User/plant.aspx?LatinName=Physalis+peruviana

- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Physalis_peruviana_-_fruit.jpg

Tomatillo — große reife grüne Früchte in gefüllten Hüllen · Physalis philadelphica

Physalis philadelphica

An einem alten Gemüsegarten in einer sonnigen Gegend Kaliforniens wächst gelegentlich eine hohe Physalis-Pflanze mit breiten Blättern und gelben Blüten, die in der Mitte dunkle Flecken besitzen.



Physalis philadelphica mit breiten gezähnten Blättern, gelben dunkel gefleckten Blüten und großer die Hülle füllender Tomatillo

Genet · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Später bläht sich um jede junge Frucht ein papierartiger Kelch auf. Die Frucht wächst weiter, bis sie die Hülle nahezu vollständig ausfüllt.

Das ist die Tomatillo, Physalis philadelphica, eine mexikanische Blasenkirsche, die aus grünen Soßen bekannt ist und auch roh gegessen wird.

Zur Nahrung gehört ausschließlich eine vollständig entwickelte gesunde Frucht nach vollständiger Entfernung des Kelches.



Physalis philadelphica mit breiten gezähnten Blättern, gelben dunkel gefleckten Blüten und großer die Hülle füllender Tomatillo

Frank Vincentz · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges verzweigtes Kraut, das bei ausreichender Feuchtigkeit ungefähr fünfzig bis hundertzwanzig Zentimeter hoch werden kann.

Die grünen Stängel wachsen aufrecht oder ausladend und sind häufig leicht behaart.

Die wechselständigen gestielten Blätter sind breit eiförmig, oben zugespitzt und besitzen grobe unregelmäßige Zähne.

Die einzelnen herabhängenden Blüten tragen fünf gelbe kronblattartige Lappen mit deutlichen violetten oder bräunlichen Flecken im Zentrum.

Nach der Bestäubung wird der Kelch zu einer großen aufgeblähten papierartigen Hülle.

Die reife Frucht ist rund und gewöhnlich drei bis fünf Zentimeter breit.

Abhängig von der Sorte ist sie grün, gelbgrün oder purpurn.

Während des Wachstums füllt die Beere ihre Hülle vollständig und kann sie sogar aufreißen, sodass die glatte Fruchthaut sichtbar wird.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora zählt Physalis philadelphica zu den nicht heimischen einjährigen Pflanzen, die auf landwirtschaftlich genutzten und gestörten Böden Kaliforniens nachgewiesen wurden.

Sie wird wegen ihrer essbaren Früchte kultiviert.

Einzelne selbst ausgesäte Exemplare wachsen dort, wo zuvor Tomatillos angebaut oder Samen über Gemüseabfälle eingebracht wurden.

Im Sacramento Valley kann man sie in Gemüsegärten antreffen.

Sie ist dagegen kein typischer Bewohner natürlicher Bergwälder.

Felder können mit Pestiziden behandelt sein. Früchte auf privaten Gemüsebeeten dürfen nur mit Erlaubnis gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen keimen nach der Erwärmung im Frühjahr. Während des Sommers wächst die Pflanze und entwickelt Blüten.

Die Früchte setzen in der warmen Jahreszeit an und erreichen gewöhnlich von der zweiten Sommerhälfte bis zum Herbst ihre volle Größe.

Anders als bei vielen anderen Physalis-Arten wird die Tomatillo häufig reif gegessen, während ihre Frucht noch grün ist.

Entscheidend ist die vollständig ausgebildete Beere, die die papierartige Hülle ausfüllt, nicht eine gelbe Farbe.

Winzige harte junge Fruchtanlagen und grüne Kelchhüllen gehören nicht zur Nahrung.

An demselben Strauch wachsen Früchte in unterschiedlichen Entwicklungsstadien.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig entwickelte reife Beere.

Plants For A Future bestätigt für Physalis philadelphica ausdrücklich den Rohverzehr.

Die Frucht wird aus ihrer papierartigen Hülle herausgenommen. Der gesamte Kelch wird entfernt.

Anschließend wird die Fruchthaut mit sauberem Trinkwasser von einem möglichen klebrigen Belag gereinigt.

Das Fruchtfleisch ist fest und säuerlich und erinnert etwas an grüne Tomaten und Äpfel.

Man kann es kalt in einen Salat schneiden oder mit anderem Gemüse ohne Erhitzen zerdrücken.

Eine grüne Fruchtfarbe ist bei dieser Art nicht automatisch ein Zeichen mangelnder Reife.

Das geeignete Stadium lässt sich an Größe und Entwicklung der vollständig ausgebildeten Frucht beurteilen.

Blätter, Stängel, Kelchhüllen und sehr junge Früchte werden nicht roh gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Physalis peruviana bildet kleinere orangefarbene reife Beeren und ist häufig stärker behaart.

Physalis angulata besitzt kleinere Früchte und häufig kantige aufgeblähte Hüllen, die nicht so eng von der Beere ausgefüllt werden.

Physalis pubescens bleibt gewöhnlich niedriger und trägt kleine goldgelbe reife Beeren.

Tomatillo erkennt man vor allem an ihrer großen fast vollständig gefüllten papierartigen Hülle. Ihre Sorten sind aber sehr unterschiedlich.

Wird eine Pflanze zufällig in der Natur gefunden, lässt sich die Essbarkeit ohne Blütenmerkmale und den Gesamtbau des Strauches nicht allein aus der Hülle ableiten.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Physalis_philadelphica
- https://www.calflora.org/species/sci-P.html
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px34

Behaarte Blasenkirsche — goldgelbe Beeren in weichen Lampions · Physalis pubescens

Physalis pubescens

Am Rand eines alten Gemüsegartens oder auf einem warmen gestörten Standort Kaliforniens wächst manchmal ein niedriges weich behaartes Kraut mit herabhängenden gelben Blüten.



Physalis pubescens mit weich behaarten Blättern, herabhängenden gelben Blüten und goldgelber Beere in papierartigem Kelch

Roger Culos · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Später entwickeln sich kleine runde Beeren, die in einer papierartigen Kelchhülle verborgen bleiben.

Vollständig reife Beeren sind goldgelb und schmecken angenehm süßsäuerlich.

Grüne Beeren und die umgebende Hülle sind dagegen nicht essbar.

Das ist Physalis pubescens, eine in Kalifornien selten außerhalb der Kultur gefundene oder zufällig eingeschleppte Blasenkirsche.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige krautige Pflanze, meist zwanzig bis sechzig Zentimeter hoch.

Ihre Stängel wachsen aufrecht oder ausgebreitet, verzweigen sich und tragen an jungen Teilen kurze weiche Haare.

Die wechselständigen Blätter sind eiförmig und zugespitzt.

Ihr Rand ist unregelmäßig, schwach gezähnt oder nahezu ganzrandig. Beim vorsichtigen Berühren kann die Oberfläche etwas samtig wirken.

Die einzelnen Blüten hängen an dünnen Stielen.

Ihre Krone besteht aus fünf gelblichen Lappen, nahe der Mitte manchmal mit dunkler Zeichnung.

Nach der Bestäubung wächst der Kelch zu einer weichen, leicht behaarten papierartigen Hülle heran, die die Frucht vollständig umgibt.

Beim Trocknen wird sie hellbraun.

In ihrem Inneren liegt eine glatte rundliche Beere, meist ungefähr einen bis eineinhalb Zentimeter im Durchmesser, mit zahlreichen kleinen weichen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Physalis pubescens als nicht heimische einjährige oder kurzlebige Pflanze mit ungefähr einigen Dutzend Beobachtungen.

Die Art ist in Kalifornien keine häufige wilde Beere.

Funde stehen im Zusammenhang mit gestörten Böden, früheren Gärten, landwirtschaftlichen Kulturen und einzelnen sonnigen Brachen.

In zentralen Tälern kann sie nach Regenfällen oder Bewässerung wachsen.

Dennoch darf nicht jede Physalis im Sacramento Valley automatisch als diese Art bezeichnet werden.

Ältere regionalfloristische Einträge unter Physalis pruinosa können sich auf diese Art beziehen.

Moderne Gartenformen sind außerdem stark veränderlich.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Keimung wachsen junge Pflanzen in der warmen Jahreszeit schnell.

Die Blüten erscheinen im Sommer. Früchte reifen von der zweiten Sommerhälfte bis in den Herbst.

Eine Besonderheit dieser Art ist, dass Früchte fallen können, bevor sie vollständig reif sind. Ihre Papierhülle bleibt dabei oft intakt.

An einem sauberen trockenen Ort kann eine solche Frucht ohne Erhitzen nachreifen, bis die Hülle trocknet und die Beere gleichmäßig goldgelb ist.

Grünliche und harte Beeren werden nicht gegessen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich vollständig reife Beeren.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Physalis pubescens.

Die Beere wird aus der trockenen Hülle genommen; der gesamte Kelch wird weggeworfen.

Gegessen wird nur das weiche goldfarbene Fruchtfleisch mit den kleinen Samen.

Der Geschmack ist süßsäuerlich, manchmal leicht bitter, und erinnert an eine Mischung aus Stachelbeeren und Tomaten.

Vollständig reife Früchte können unter sauberen trockenen Bedingungen auch ohne Erhitzen auf natürliche Weise trocknen.

In feuchtem Klima kann dabei rasch Schimmel entstehen. Verdorbene Beeren werden nicht gegessen.

Die artspezifische Quelle bezeichnet die papierartige Hülle ausdrücklich als giftig.

Blätter und Stängel sind nicht als rohe Nahrung bestätigt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Physalis angulata besitzt häufig eine stärker kantige aufgeblähte Hülle und weniger weiche Behaarung an den Blättern.

Physalis peruviana wächst gewöhnlich größer und besitzt manchmal deutlichere Flecken in der Mitte der gelben Blüte.

Physalis philadelphica wird wegen wesentlich größerer Früchte kultiviert, die ihre Hülle weitgehend ausfüllen.

Eine einzelne goldfarbene Beere genügt nicht zur Artbestimmung.

Dafür benötigt man Stängel, Behaarung, Blüte und Form der reifen Hülle.

Unbekannte Nachtschattengewächse können giftige Früchte besitzen. Weder Farbe noch Geschmack sind eine Sicherheitsprobe.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6484
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Physalis+pubescens

Drehkiefer — kleine reife Samen aus Zapfen der Bergwälder · Pinus contorta

Pinus contorta

In höheren Lagen nahe dem Lake Tahoe wachsen oft schlanke Kiefern mit verhältnismäßig kurzen steifen Nadeln.



Pinus contorta mit kurzen gebogenen Nadeln in Zweierbündeln und kleinen ovalen Kiefernzapfen

Sandy Rae · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Manche stehen dicht und gerade nebeneinander; andere neigen sich im Wind an feuchten Bergwiesen.

An ihren Zweigen sitzen kleine ovale Zapfen. Im Herbst können winzige geflügelte Samen aus ihnen fallen.

Dies ist Pinus contorta, die Drehkiefer oder Lodgepole-Kiefer.



Pinus contorta mit kurzen gebogenen Nadeln in Zweierbündeln und kleinen ovalen Kiefernzapfen

Steve Hurst / USDA-NRCS PLANTS Database · Public domain · Wikimedia Commons

Die kleinen reifen Samenkerne können roh gegessen werden.

Ihre Ernte ist jedoch sehr gering. Ein kalifornischer Unterartbestand, die äußerst seltene Bolander-Kiefer, steht unter Schutz und darf nicht zum Sammelziel werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Wuchs variiert mit den Standortbedingungen.

An der Küste können gedrungene windfeste Bäume entstehen. Im hoch gelegenen Wald wachsen dagegen gerade schlanke Stämme, fünfzehn bis zwanzig Meter und manchmal höher.

Die Rinde ist bräunlichgrau und schuppig, gewöhnlich dünner als die tief gefurchte rötliche Rinde der Gelb-Kiefer.

Das wichtigste Merkmal eines lebenden Zweiges sind jeweils zwei Nadeln pro Bündel.

Die Nadeln sind verhältnismäßig kurz und steif, oft gebogen oder etwas gedreht, ungefähr drei bis acht Zentimeter lang.

Die Zapfen sind oval, wenige Zentimeter lang, kurz gestielt und tragen vergleichsweise dünne Schuppen mit oft kleinem Vorsprung.

Bei manchen Populationen öffnen sie sich bald nach der Reife.

Bei anderen können geschlossene Zapfen lange hängen bleiben und sich erst nach starker Erhitzung bei einem Waldbrand öffnen. Das hängt auch von der Unterart ab.

Die kleinen Samen besitzen einen auffälligen papierartigen Flügel, eine dünne harte Schale und einen hellen winzigen Kern.

Zur Bestimmung gehören die paarigen Nadeln und ein eindeutig vom betreffenden Baum stammender Zapfen, nicht irgendein trockener Zapfen vom Waldboden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Pinus contorta als heimische Kiefer Kaliforniens und unterscheidet mehrere Unterarten.

In Hochgebirgswäldern der Sierra Nevada ist die Unterart murrayana verbreitet, besonders auf feuchten Hochflächen und im Tahoe Basin.

Die Küstenunterart contorta wächst eher in den nördlichen küstennahen Pflanzengemeinschaften.

Die seltene endemische Unterart bolanderi ist überwiegend von wenigen Standorten in Mendocino County bekannt und besitzt California Rare Plant Rank 1B.2.

Diese Unterart darf nicht gesammelt werden.

Der Artname allein klärt somit weder die Erlaubnis noch die ökologische Vertretbarkeit einer Ernte.

Auf geeigneten Höhenlagen kann die Drehkiefer dichte große Bestände bilden, insbesondere nach Waldbränden.

Im dunklen Inneren eines geschlossenen Waldes tragen Bäume gewöhnlich weniger Zapfen als an offenen Waldrändern.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entstehen neue Knospen und pollenbildende Strukturen.

Die weiblichen Zapfen wachsen über mehr als eine Saison, werden allmählich braun und verholzen.

Die meisten gewöhnlichen Gebirgspopulationen tragen reife Samen im Spätsommer und Herbst.

In kühlen hoch gelegenen Gebieten verschieben sich die Termine nach hinten.

Am selben Baum hängen manchmal Zapfen mehrerer vergangener Jahre.

Ein alter geschlossener brauner Zapfen enthält nicht zwingend noch frische Samen, besonders bei Populationen mit lange geschlossen bleibenden Zapfen.

Für rohe Nahrung eignen sich ausschließlich vollreife frische Samen, die aus geöffneten Zapfen gewonnen wurden.

Im Schnee und auf feuchtem Boden verderben die kleinen Kerne rasch. Ohne Trocknung sollten sie nicht lange aufbewahrt werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Samenkerne.

Plants For A Future bestätigt für Pinus contorta ausdrücklich den Rohverzehr reifer Samen.

Vom kleinen geflügelten Samen wird zuerst der papierartige Flügel abgenommen.

Dann öffnet man vorsichtig die dünne harte Samenschale und entnimmt den weichen hellen Kern.

Er ist ölhaltig, jedoch so klein, dass für eine nennenswerte Portion sehr viele reife Samen benötigt würden.

Der Kern kann frisch gegessen oder kalt zerdrückt werden.

Anders als die großen Samen der Pinyon-Kiefern sind diese Samen kein besonders ergiebiger Proviant für eine längere unabhängige Reise.

Den Baum nicht verletzen.

Plants For A Future erwähnt auch innere Rinde und holzige Ausscheidungen.

Das Abschälen von Rinde verletzt jedoch eine lebende Kiefer. Harzige Ausscheidungen sollten ohne eigene genaue Prüfung nicht als regelmäßige Nahrung empfohlen werden.

Daher bleiben in diesem Artikel ausschließlich die reifen Samenkerne als Nahrungsbestandteil.

Es werden weder Äste abgebrochen noch Samen aus seltenen Naturbeständen geholt. Auf Flächen mit Pestizidbehandlung wird nicht gesammelt.

Schutz der Unterarten.

Pinus contorta ssp. bolanderi besitzt als kalifornischer Endemit einen hohen Naturschutzstatus. Sie darf nicht wegen ihrer Samen beerntet werden, auch wenn die Essbarkeitsangabe für die Art insgesamt gilt.

Samen mit muffigem Geruch, Fäulnisspuren oder Insektenschäden werden nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pinus ponderosa trägt gewöhnlich längere Nadeln in Dreierbündeln und größere Zapfen.

Pinus jeffreyi besitzt ebenfalls drei lange Nadeln und eine rötliche Rinde.

Pinus albicaulis, die Weißstämmige Kiefer der Hochlagen, hat fünf Nadeln pro Bündel und anders gebaute Zapfen.

Junge Drehkiefern können anderen zweinadeligen Kiefern ähneln.

Zwei Nadeln allein genügen daher nicht. Auch Zapfengröße und Standort müssen passen.

In den Wäldern um Tahoe können mehrere Kiefernarten direkt nebeneinander wachsen.

Ein trockener herabgefallener Zapfen bestätigt nicht die Art des Baums, unter dem er liegt.

Wenn ein seltener Unterartbestand oder ein Schutzgebiet betroffen sein könnte, wird auf jede Ernte verzichtet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6508
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6509
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pinus+contorta
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_contorta_cones.jpg

Coulter-Kiefer — riesige stachelige Zapfen und große essbare Kerne · Pinus coulteri

Pinus coulteri

Auf trockenen Höhenzügen der kalifornischen Küstengebirge wächst eine Kiefer, deren Zapfen größer und schwerer sind als die der meisten vertrauten Kiefern. Sie wirken wie gewaltige hölzerne Kugeln, deren Schuppen kräftige scharfe Haken tragen.



Pinus coulteri mit Nadeln in Dreierbündeln und außergewöhnlich großen Zapfen mit kräftigen Haken an den Schuppen

Didier Descouens (Archaeodontosaurus) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Pinus coulteri, die Coulter- oder Großzapfige Kiefer. In ihren Zapfen reifen große Samen, deren Kerne roh gegessen werden können.

Die Gefahr herabfallender Zapfen ist hier allerdings so groß, dass Sicherheit Vorrang vor jeder Ernte hat. Man darf nicht unter einer Krone mit heranreifenden schweren Zapfen stehen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Bäume werden gewöhnlich zehn bis zwanzig Meter hoch, auf günstigen Standorten gelegentlich höher. Ihre Borke ist dicht und dunkelgrau; die Krone ist relativ ausladend.



Pinus coulteri mit Nadeln in Dreierbündeln und außergewöhnlich großen Zapfen mit kräftigen Haken an den Schuppen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Die Nadeln stehen zu je drei in einem Bündel. Jede ist recht lang, steif und dunkel- oder graugrün.

Nach der Bestäubung im Frühjahr entwickeln sich kleine weibliche Zapfenanlagen im oberen Teil der Krone und wachsen bis zum folgenden Jahr weiter.

Ein reifer Zapfen wird mehrere Dutzend Zentimeter lang und ausgesprochen massiv. Jede äußere Zapfenschuppe trägt einen kräftigen zugespitzten Haken.

Unter den Schuppen liegen große längliche Samen mit harter Schale und kurzem Flügel.

Die kleinen männlichen Pollenzapfen erscheinen im Frühjahr in Gruppen.

Leere, bereits geöffnete Zapfen können auch nach der Samenausbreitung mehrere Jahre am Baum hängen bleiben.

Für die Bestimmung sind die dicken hakentragenden Schuppen, die Nadeldreierbündel und der gesamte Wuchs entscheidend.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Pinus coulteri als heimische kalifornische Art mit zahlreichen Funden aus Monterey, San Benito, Santa Clara, Riverside, Orange, Los Angeles und San Diego County.

Sie wächst auf trockenen Hängen und Gebirgskämmen der Coast Ranges.

Der US Forest Service beschreibt kleinere verstreute Bestände an felsigen Hängen, oftmals bis ungefähr zweitausend Meter Höhe.

In der Ebene von Sacramento ist sie kein typischer wild wachsender Baum. Man trifft sie eher in den Gebirgen Zentral- und Südkaliforniens oder in botanischen Anlagen an.

Auf passenden Hängen kann die Art gruppenweise wachsen, aber nicht in jedem Jahr gibt es einen guten Zapfenertrag.

Manche Bäume öffnen ihre Zapfen bald nach der Reife, andere behalten sie länger geschlossen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Männliche Pollenzapfen erscheinen gewöhnlich im Mai und Juni; essbare reife Samen sind zu dieser Zeit noch nicht vorhanden.

Laut US Forest Service reifen die großen Samenzapfen im zweiten Jahr nach der Bestäubung ungefähr zwischen August und September.

Bei Bäumen, die ihre Schuppen bald öffnen, fallen die Samen im Oktober und November aus.

Einige Zapfen können mehrere Jahre geschlossen bleiben. Ein alter brauner Zapfen bedeutet daher nicht automatisch einen frischen Ertrag.

In kühleren Höhenlagen können sich die Termine verschieben.

Die geeignetste Quelle sind saubere ausgereifte Samen aus bereits natürlich geöffneten Zapfen.

Auch dabei muss auf möglicherweise herabfallende schwere Zapfen geachtet werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Samenkerne.

Plants For A Future bestätigt für Pinus coulteri ausdrücklich ihren Rohverzehr.

Die Samen sind verhältnismäßig groß und enthalten einen ölhaltigen Kern mit mildem Nussgeschmack.

Vom reifen Samen wird zuerst der kurze Flügel entfernt. Anschließend knackt man seine harte äußere Schale mit einem geeigneten Werkzeug, ohne Feuer zu verwenden.

Gegessen wird ausschließlich der helle innere Kern.

Samen mit Schimmel, Verfärbung, Insektenbefall oder muffigem Geruch werden weggeworfen.

Gesunde Kerne können auch ohne Erhitzen zu einer kleinen Nussmasse zerdrückt werden.

Keine gefährliche Zapfenernte.

Einzelne Zapfen wiegen mehrere Kilogramm und sind mit scharfen Haken besetzt.

Man darf den Baum weder schütteln noch Zapfen mit einem Stock herabschlagen, darunter klettern oder bei Wind unter den Ästen verweilen.

Selbst ein auf dem Boden liegender Zapfen sollte nur mit festen Handschuhen und ohne Druck auf die Haken berührt werden.

Pollen, Harz, grüne junge Zapfen und Rinde gehören nicht zu den für diese Art praktisch bestätigten rohen Nahrungsteilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Kalifornische Graukiefer Pinus sabiniana trägt ebenfalls drei Nadeln pro Bündel und große Zapfen. Ihre Nadeln sind jedoch gewöhnlich länger, die Krone viel lockerer und die Zapfen besitzen weniger ausgeprägte Hakenfortsätze.

Pinus ponderosa bildet wesentlich kleinere und leichtere Zapfen.

Die Zuckerkiefer Pinus lambertiana hat fünf Nadeln pro Bündel; ihre Zapfen sind sehr lang, aber weniger kräftig hakig.

Ein einzelner Zapfen aus einer Souvenirsammlung beweist keinen Baumstandort: Er kann anderswoher stammen.

Für die Artbestimmung braucht man den Baum, lebende Zweige und die Stellung der Zapfen.

In geschützten Wäldern gelten die jeweils aktuellen Sammelregeln.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6512
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pincou
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Pinus+coulteri

Jeffrey-Kiefer — drei lange Nadeln, sanftere Zapfenspitzen und rohe Kerne · Pinus jeffreyi

Pinus jeffreyi

In den Wäldern rund um den Lake Tahoe fällt zwischen hohen Stämmen eine Kiefer mit tief gefurchter rotbrauner Rinde auf.



Pinus jeffreyi mit langen Nadeln zu dritt, rotbrauner gefurchter Borke und Zapfen mit nach innen gebogenen Schuppenspitzen

Willem van Bergen · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Ihre langen Nadeln stehen zu dritt in einem Bündel. An sonnigen Stellen kann die Rinde leicht nach Vanille duften.

Unter dem Baum liegen im Herbst gelegentlich ovale Zapfen mit geöffneten Schuppen.

Dies ist Pinus jeffreyi, die Jeffrey-Kiefer, eine typische Art der kalifornischen Bergwälder.



Pinus jeffreyi mit langen Nadeln zu dritt, rotbrauner gefurchter Borke und Zapfen mit nach innen gebogenen Schuppenspitzen

Steve Hurst / USDA-NRCS PLANTS Database · Public domain · Wikimedia Commons

Ihre reifen Samen können nach dem Entfernen der Schale roh gegessen werden, obwohl sie wesentlich kleiner als die großen Pinyon-Nüsse sind.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Jeffrey-Kiefer ist ein großer immergrüner Baum mit kräftigem geradem Stamm und erreicht häufig mehrere Dutzend Meter Höhe.

Die junge Rinde ist dunkel; bei alten Bäumen zerfällt sie in breite gelblichrote oder braune Platten, zwischen denen tiefe Furchen liegen.

Die Nadeln sind gewöhnlich fünfzehn bis fünfundzwanzig Zentimeter lang und stehen zu drei in einem Bündel.

Im Frühjahr entstehen an den Enden neuer Triebe kleine weibliche Zapfenanlagen. Männliche Pollenzapfen erscheinen gruppenweise am Grund des neuen Wachstums.

Die reifen Samenzapfen sind oval, etwa zehn bis zwanzig Zentimeter lang. Ihre dicken holzigen Schuppen besitzen kleine Spitzen, die oft nach innen gebogen sind.

Deshalb fühlen sie sich bei Berührung meist weniger schmerzhaft an als die nach außen gerichteten Spitzen der Gelb-Kiefer.

In den Zapfen entwickeln sich Samen mit dünnen papierartigen Flügeln.

Wenn sich die Schuppen öffnen, verbreiten sich die Samen, während leere Zapfen auf den Boden fallen.

Der Baum verändert sein Erscheinungsbild mit dem Alter. Für die sichere Bestimmung werden Rinde, Nadeln, Zapfen und Standort gemeinsam betrachtet.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Pinus jeffreyi als heimische Kiefer Kaliforniens mit Tausenden Beobachtungen in Placer, El Dorado, Plumas, Nevada, Siskiyou, Mono und vielen anderen Bergcountys.

Sie ist besonders typisch für Gelbkiefern- und Rottannenwaldgesellschaften.

Im Tahoe Basin zählt sie zu den vorherrschenden Kiefernarten.

In der heißen städtischen Ebene von Sacramento wächst sie natürlicherweise wesentlich seltener. Beim Aufstieg in die Sierra Nevada wird sie dagegen gewöhnlich.

Auf Serpentinitböden und trockenen Berghängen erträgt sie Bedingungen, unter denen manche anderen Nadelbäume schlechter wachsen.

Das Vorhandensein alter Bäume garantiert keinen guten Samenertrag in jedem Jahr.

Die Samen werden von Eichhörnchen und Vögeln gesammelt; geöffnete Zapfen verlieren ihren Inhalt rasch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entstehen neue Triebe und die Bestäubung beginnt. Reife Samen sind noch nicht vorhanden.

Die Zapfen entwickeln sich über zwei Vegetationsperioden.

Gegen Ende des zweiten Sommers werden sie braun, öffnen allmählich ihre Schuppen und geben die Samen frei.

Frische Samen findet man am ehesten vom Spätsommer bis in den Herbst, ungefähr im September und Oktober.

Genaue Termine hängen von Höhenlage und Wetter ab.

Zapfen, die den Winter über unter Schnee gelegen haben, sind gewöhnlich leer oder durch Feuchtigkeit geschädigt.

Essbar ist nur ein reifer Samen mit gesundem, nicht verschimmeltem und nicht dunkel verfärbtem Kern.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Samenkerne.

Plants For A Future bestätigt ihren Rohverzehr ausdrücklich.

Die ungefähr einen Zentimeter langen Samen besitzen einen dünnen Flügel und eine harte äußere Hülle.

Zunächst nimmt man den Flügel ab. Dann knackt man die Samenschale vorsichtig mit einem mechanischen Werkzeug und entnimmt den hellen ölhaltigen Kern.

Er schmeckt nussartig und manchmal leicht harzig.

Die relativ geringe Samengröße macht das Sammeln mühsam. Die Jeffrey-Kiefer liefert nicht so leicht größere Portionen wie Pinyon-Kiefern.

Andere Substanzen des Baums sind keine gleichwertige Nahrung.

Historische Berichte über kristallisierte harzige Ausscheidungen bedeuten nicht, dass gewöhnliches Terpentin oder Kiefernharz sicher roh essbar wäre.

Harz, Nadeln, grüne Zapfen und Rinde werden in dieser Nahrungsliste nicht empfohlen.

Auch die harte Samenschale darf nicht gekaut werden.

Für die Ernte darf man weder unter möglicherweise herabfallenden schweren Zapfen stehen noch hohe Bäume schütteln oder Zweige abbrechen.

Nur frische saubere Samen werden dort gesammelt, wo dies erlaubt ist. Sie werden auf Insekten, Ranzigkeit und Schimmel geprüft.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pinus ponderosa, die Gelb-Kiefer, ähnelt der Jeffrey-Kiefer besonders stark.

Beide können Dreierbündel langer Nadeln und große rötliche Rindenplatten besitzen.

Bei der Jeffrey-Kiefer biegen die Schuppenspitzen der Zapfen gewöhnlich nach innen und fühlen sich eher weich an.

Bei Pinus ponderosa stehen sie meistens nach außen und können sich an der Hand verhaken.

Pinus coulteri besitzt riesige Zapfen mit schweren Hakenfortsätzen.

Pinus sabiniana unterscheidet sich durch ihre viel lockerere Krone und lange graublaue Nadeln.

Ein leichter Vanilleduft der Rinde ist lediglich ein zusätzliches Merkmal und keine sichere Bestimmungsmethode.

Lebende Nadeln und der typische Zapfen desselben Baumes müssen erkennbar sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6515
- https://www.calfloranursery.com/plants/pinus-jeffreyi/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pinus+jeffreyi
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_jeffreyi_cone.jpg

Zuckerkiefer — extrem lange hängende Zapfen und rohe Kerne · Pinus lambertiana

Pinus lambertiana

Hoch über den Wegen der Sierra Nevada wachsen mächtige Kiefern mit geraden dicken Stämmen und erstaunlich langen herabhängenden Zapfen.



Pinus lambertiana mit fünf weichen Nadeln pro Bündel und außergewöhnlich langen hängenden schlanken Zapfen

Richard Sniezko / US Forest Service Dorena Genetic Resource Center · Public domain · Wikimedia Commons

Manche Zapfen erinnern an langgezogene hölzerne Girlanden. Im Herbst fallen größere Samen aus ihren sich öffnenden Schuppen.

Das ist Pinus lambertiana, die Zuckerkiefer, eine der höchsten Kiefernarten der Welt.

Ihre reifen Samen können roh gegessen werden.



Pinus lambertiana mit fünf weichen Nadeln pro Bündel und außergewöhnlich langen hängenden schlanken Zapfen

Richard Sniezko / USDA Forest Service · Public domain · Wikimedia Commons

Trotz ihres deutschen Namens geht es hier weder um Zucker noch um gekochten Sirup: Der praktisch bestätigte Nahrungsteil ohne Feuer ist der Samenkern.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine ausgewachsene Zuckerkiefer kann mehrere Dutzend Meter hoch werden. Alte Exemplare besitzen außerordentlich dicke dunkelgraue Stämme.

Die Krone junger Bäume ist regelmäßiger geformt; bei alten Bäumen wird sie breiter und oft ungleichmäßig.

Die Nadeln stehen jeweils zu fünft in einem Bündel.

Sie sind dünn, einige Zentimeter lang und weicher als die der Kalifornischen Graukiefer.

Im Frühjahr erscheinen kleine männliche Pollenzapfen.

Die weiblichen Zapfen entwickeln sich über zwei Vegetationsperioden zu langen zylindrischen hängenden Gebilden.

Sie erreichen manchmal dreißig bis fünfzig Zentimeter Länge oder noch mehr.

Die Zapfenschuppen sind verhältnismäßig dünn. Sie tragen keine massiven scharfen Haken wie die Zapfen der Coulter-Kiefer.

An den Schuppen entstehen geflügelte Samen.

Wenn der Zapfen ausreift und trocknet, öffnen sich die Schuppen und die Samen fallen heraus.

Leere Zapfen vergangener Jahre können noch lange unter dem Baum liegen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Pinus lambertiana als heimische Kiefer mit vielen Beobachtungen in Placer, El Dorado, Plumas, Tuolumne, Shasta, Siskiyou, Tulare und anderen Bergcountys.

Von Sacramento aus gesehen ist sie ein typischer Baum gemischter Nadelwälder der Sierra Nevada oberhalb der heißen Talebene.

Örtlich wächst sie auch in küstennahen Gebirgen.

Sie bevorzugt gut entwässerte Hänge und tiefgründige Waldböden.

Der US Forest Service weist darauf hin, dass gute Samenerträge vor allem bei ausgewachsenen Bäumen entstehen. Junge Bäume können lange fast keine Zapfen tragen.

Unter einer alten Kiefer liegen im Herbst manchmal viele leere Zapfen.

Die frischen Samen werden aber gewöhnlich rasch von Nagetieren und Vögeln gefressen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Bestäubung findet im Frühjahr statt, doch frische reife Kerne sind noch nicht verfügbar.

Die großen Zapfen wachsen etwa zwei Jahre lang. Dabei wechseln sie ihre Farbe von Grün zu Hellbraun.

Nach Angaben des US Forest Service kann die Samenverbreitung in tieferen Waldzonen schon Ende August beginnen und in größeren Höhen gewöhnlich bis Ende Oktober abgeschlossen sein.

September und Oktober sind deshalb die wichtigsten Anhaltspunkte für die Suche nach frischem reifem Ertrag.

In manchen Jahren bleiben die Samenerträge gering.

Alte hängende Zapfen garantieren keine noch keimfähigen beziehungsweise unverdorbenen Samen.

Samen, die längere Zeit in feuchtem Waldlaub gelegen haben, können verderben.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Der reife Samenkern.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Samen von Pinus lambertiana.

Vom Samen entfernt man seinen papierartigen Flügel, knackt vorsichtig die feste äußere Schale und isst den hellen inneren Kern.

Er schmeckt etwas süßlich und nussig, manchmal mit einer leichten harzigen Note.

Die Kerne können einzeln gegessen oder ohne Erwärmung zu einer ölhaltigen Masse zerdrückt werden.

Samen mit muffigem Geruch oder Schimmelspuren bleiben ungenutzt.

Was nicht zu dieser Ernährungsweise gehört.

Historisch wurden aus Zuckerkiefern süße Stoffe gewonnen. Manche Methoden erfordern aber das Verdampfen von Wasser und damit Feuer.

Der artspezifische Führer warnt außerdem, dass konzentrierte süße Ausscheidungen in größeren Mengen abführend wirken können.

Deshalb wird hier weder das Sammeln noch das Trinken solcher Ausscheidungen als allgemeiner Sirup empfohlen.

Nadeln, Pollen, Rinde und junge grüne Zapfen gehören nicht zu den bestätigten rohen Nahrungsteilen.

Auch ein relativ dünner, sehr langer Zapfen kann beim Fall aus großer Höhe gefährlich sein.

Man darf weder unter reifen Zapfen stehen noch Äste schütteln oder Zapfen aus der Krone herabschlagen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Westliche Weymouth-Kiefer Pinus monticola trägt ebenfalls fünf Nadeln pro Bündel und kann längliche Zapfen bilden.

Bei der Zuckerkiefer sind die Zapfen gewöhnlich deutlich länger, Stamm und Krone alter Bäume massiger.

Pinus sabiniana und Pinus coulteri besitzen vorwiegend drei Nadeln pro Bündel und kürzere, dickschuppigere, schwere Zapfen.

Ein einzelner trockener Zapfen weit vom Baum entfernt reicht zur Bestimmung nicht aus. Er könnte von Menschen dorthin gebracht worden sein.

Zu prüfen sind ein lebender Zweig mit fünf Nadeln, die Borke und ein ausgereifter Zapfen desselben Baumes.

Ein alter fauliger Zapfen sollte nicht für fragwürdige Samen zerstört werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6516
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pinlam
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Pinus+lambertiana
- https://www.srs.fs.usda.gov/pubs/misc/ag_654/volume_1/pinus/lambertiana.htm

Einblättrige Kiefer — große Pinyonkerne und einzelne Nadeln · Pinus monophylla

Pinus monophylla

Im Osten Kaliforniens stehen über trockenen felsigen Hängen niedrige Kiefern mit dichten rundlichen Kronen.



Pinus monophylla als niedrige rundkronige Kiefer mit meist einzelner graugrüner Nadel je Bündel und kleinen geöffneten Zapfen

Clinton Steeds · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Ihre graugrünen Nadeln wirken, als stünden sie einzeln. Zwischen den Zweigen reifen kleine Zapfen mit verhältnismäßig großen Nüssen.

Dies ist Pinus monophylla, die Einblättrige oder Einnadelige Pinyon-Kiefer, eine der wichtigsten natürlichen Quellen für Pinyonkerne.

Ihre reifen Samen werden ohne Rösten roh gegessen.



Pinus monophylla als niedrige rundkronige Kiefer mit meist einzelner graugrüner Nadel je Bündel und kleinen geöffneten Zapfen

Steve Hurst / USDA-NRCS PLANTS Database · Public domain · Wikimedia Commons

Von Sacramento aus liegt das natürliche Verbreitungsgebiet nicht in der gewöhnlichen Talvegetation, sondern in östlichen Bergen und trockenen höheren Vorgebirgen mit Wacholderbeständen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Baum wird gewöhnlich drei bis zehn Meter hoch, manchmal etwas höher.

Er besitzt einen oft kurzen gebogenen Stamm und eine breite Krone.

Mit zunehmendem Alter wird die Borke graubraun und rissig.

Das wichtigste Merkmal ist gewöhnlich eine einzelne relativ dicke Nadel pro Bündel.

Bei den meisten anderen Kiefern stehen die Nadeln zu zweit, dritt oder fünft.

Die graugrünen Nadeln sind leicht gebogen und steif, aber deutlich kürzer als bei der Kalifornischen Graukiefer.

An jungen Zweigen erscheinen kleine Pollenzapfen. Die weiblichen Samenzapfen wachsen über mehrere Jahreszeiten heran.

Ein reifer Zapfen ist annähernd rund und besitzt dicke, weit auseinanderstehende Schuppen.

Darin sitzen große längliche Samen mit relativ dünner, aber fester brauner Schale.

Ausgeprägte Flügel fehlen nahezu vollständig.

Ein leerer Zapfen kann nach dem Herausfallen der Samen am Zweig bleiben.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Pinus monophylla als heimische kalifornische Kiefer mit vielen Beobachtungen im östlichen Gebirge und in Pinyon-Wacholder-Waldgesellschaften.

Besonders typisch sind die White Mountains, Inyo und Mono County, die Ostseite der Sierra Nevada und südliche Wüstengebirge.

Die Art wächst nicht überall um Sacramento. Sie benötigt andere Höhenlagen, trockenes Bergklima und passende Pflanzengemeinschaften.

Auf geeigneten Hängen bildet sie lockere Wälder zusammen mit Wacholder.

In ertragreichen Jahren tragen alte Bäume zahlreiche Zapfen.

Die Menge schwankt jedoch von Jahr zu Jahr erheblich. Vögel und kleine Säugetiere fressen viele Samen und verbreiten sie zugleich.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im späten Frühjahr werden die Bäume bestäubt.

Die kleinen weiblichen Zapfen enthalten zu dieser Zeit noch keine ausgereiften essbaren Samen.

Die Entwicklung dauert zwei Vegetationsperioden.

Gegen Ende des Sommers und im Herbst beginnen reife Zapfen ihre Schuppen zu öffnen.

Pinyonkerne werden oft im September und Oktober gesammelt; Höhenlage und Witterung verschieben die Termine.

Der Baum ist immergrün. Daraus folgt jedoch nicht, dass jederzeit Nüsse vorhanden sind.

Auch auf demselben Hang tragen manche Bäume in einzelnen Jahren kaum große Zapfen.

Herabgefallene Nüsse, die auf feuchter Erde lagen, müssen auf Keimung, Schimmel und unangenehmen Geruch geprüft werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Der reife Pinyonkern.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Pinus monophylla.

Er ist ölhaltig und besitzt einen milden Nussgeschmack, manchmal mit einer leichten Mandelnote.

Aus einem reifen braunen Samen wird die trockene Schale ohne Erhitzen aufgebrochen.

Man kann den hellen Kern sofort essen oder vorsichtig zerdrücken und mit anderer sauberer Nahrung mischen.

Nahrhaft ist der Kern, nicht die holzige Zapfenschuppe oder die harte Samenaußenhaut.

Ranzige Kerne dürfen nicht gegessen werden.

Nüsse für einen Vorrat.

In ihrer trockenen unverletzten Schale halten reife Pinyonkerne meist länger als geschälte Kerne.

Sie sollten trocken und kühl aufbewahrt und regelmäßig auf Insekten und Schimmel geprüft werden.

Der Führer erwähnt Baumharz als kaubare Masse. Dieses ist aber keine praktische Nussmahlzeit und gehört nicht zu den empfohlenen Nahrungsteilen.

Lebende Zweige dürfen wegen einiger Zapfen nicht abgebrochen werden.

Die Samen reifen über lange Zeit und dienen außerdem Tieren, die zur Verbreitung der Kiefer beitragen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In östlichen Gebirgen wachsen weitere Pinyon-Arten und verwandte Formen.

Pinus edulis besitzt gewöhnlich zwei Nadeln pro Bündel, während Pinus monophylla zumeist eine trägt.

In manchen Regionen gibt es jedoch Hybriden und abweichende Merkmale. Eine einzige Nadel ist somit nicht immer ausreichend.

Pinus sabiniana besitzt drei lange Nadeln und deutlich größere Zapfen.

Die Kombination aus einzelner dicker Nadel, niedriger rundlicher Krone und kleinem weit geöffnetem Zapfen ist am aussagekräftigsten.

In Lebensräumen seltener Pflanzen sollten für wenige Samen weder der Boden freigeräumt noch Zweige zerstört werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6518
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Pinus+monophylla
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Pinus_monophylla

Gelb-Kiefer — kleine ölhaltige Kerne unter rötlicher Borke · Pinus ponderosa

Pinus ponderosa

Wer aus dem Sacramento Valley in die Nadelwälder der Sierra Nevada hinauffährt, begegnet gewaltigen geraden Kiefern mit rötlichbraunen Borkenplatten.



Pinus ponderosa mit tief gefurchter rötlicher Borke, langen Nadeln in Dreierbündeln und ovalen Zapfen

MPF · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Ihre langen Nadeln stehen in Bündeln. Im Herbst liegen auf dem Waldboden ovale, etwas stachelige Zapfen.

Das ist Pinus ponderosa, die Gelb-Kiefer oder Ponderosa-Kiefer.

Reife Samen besitzen essbare rohe Kerne, obwohl diese klein und deutlich mühsamer zu sammeln sind als große Pinyonnüsse.



Pinus ponderosa mit tief gefurchter rötlicher Borke, langen Nadeln in Dreierbündeln und ovalen Zapfen

Kaibab National Forest / US Forest Service · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Praktische Nahrung ist weder der ganze Zapfen noch die grüne Nadel, sondern der gesunde reife Samenkern nach dem mechanischen Öffnen der Schale.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ausgewachsene Gelb-Kiefern erreichen häufig zwanzig bis dreißig Meter Höhe und mehr.

Bei alten Stämmen ist die Borke in große flache gelblichrote Platten geteilt, zwischen denen tiefe dunkle Furchen verlaufen. Junge Bäume tragen dunklere Rinde.

Die langen recht steifen grünen Nadeln stehen meist zu dritt im Bündel, bei einigen Populationen auch zu zweit.

Im Frühjahr erscheinen an neuen Trieben männliche Pollenzapfen und kleine weibliche Anlagen.

Die Samenzapfen wachsen zwei Vegetationsperioden lang.

Bei Reife werden sie eiförmig und ungefähr sieben bis fünfzehn Zentimeter lang.

Ihre Schuppen besitzen gut sichtbare scharfe Spitzen, die normalerweise nach außen weisen.

Wenn sich die Schuppen öffnen, werden kleine geflügelte Samen freigegeben.

Ein alter leerer Zapfen kann anschließend auf dem Boden liegen bleiben.

Die große holzige Schuppe ist keine Nuss. Der eigentliche Samen hat eine harte Außenschale und einen hellen, verhältnismäßig ölhaltigen Kern.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora dokumentiert Pinus ponderosa als heimische Kiefer Kaliforniens, die in Berg- und Vorgebirgswäldern weit verbreitet ist.

Viele Fundorte liegen in der Sierra Nevada, Cascade Range und nördlichen Gebirgsregionen, einschließlich Placer, El Dorado, Plumas und Shasta County.

Mitten in der heißen Ebene von Sacramento ist sie kein allgegenwärtiger Wildbaum.

Auf den Straßen Highway 50 und Interstate 80 Richtung Gebirge wird sie jedoch zunehmend vertraut.

In hellen Hangwäldern kann sie einen bedeutenden Teil der Gelbkiefern-Waldgesellschaft bilden.

Erst ältere Bäume tragen nennenswerte Samenernten; die Menge schwankt stark zwischen den Jahren.

Auch viele Zapfen am Boden garantieren keine guten Samen, denn Tiere sammeln sie rasch.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entstehen neue Nadeln und Pollen, während die weiblichen Zapfenanlagen noch klein sind.

Über zwei Jahre wachsen die Zapfen, zunächst grün und später braun.

Gegen Ende der zweiten warmen Jahreszeit beginnen die reifen Zapfen ihre Schuppen zu öffnen.

Frische Samen werden meistens im Herbst verbreitet, ungefähr von September bis November; in kühleren Bergen gelegentlich später.

Die beste Orientierung sind natürlich geöffnete reife Zapfen und saubere Samen darunter.

Ein grüner Frühjahrszapfen enthält noch keine fertigen essbaren Nüsse.

Samen aus feuchtem Laub, die den gesamten Winter dort lagen, können verschimmelt, gekeimt oder von Insekten geschädigt sein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Der reife Samenkern.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Samen von Pinus ponderosa.

Die Samen sind relativ klein, ungefähr acht Millimeter lang, enthalten Öl und schmecken leicht harzig-nussig.

Zuerst wird der papierartige Flügel abgenommen. Anschließend knackt man mit einem kleinen Werkzeug die trockene Schale und entnimmt den hellen Kern.

Er kann einzeln gegessen oder ohne Erhitzen zu einer kleinen Nussmasse zerdrückt werden.

Samenschalen, holzige Zapfenschuppen und unreife grünliche Samen sind keine Nahrung.

Was nicht gegessen wird.

In manchen historischen Ernährungsbeschreibungen wird die innere Rinde erwähnt.

Ihr Entfernen würde aber einen lebenden Baum verletzen und ist für eine Reise nicht erforderlich.

Terpentin, Harz und Nadeln dürfen nicht allein aufgrund ihrer Herkunft von einer Kiefer als gleichwertig mit essbaren Kernen betrachtet werden.

Junge Pollenzapfen gehören ebenfalls nicht zu den für diese Art bestätigten rohen Nahrungsteilen.

Gesammelt werden nur frische unbeschädigte Samen.

Dunkle Kerne, Schimmel, ranziger Geruch und Insektenbefall führen zum Verzicht.

In Schutzgebieten gelten die lokalen Sammelvorschriften.

Bei Wind darf man nicht unter schweren hängenden Zapfen stehen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pinus jeffreyi wurde im Atlas gesondert beschrieben und ähnelt der Gelb-Kiefer besonders stark.

Beide tragen oft Dreierbündel langer Nadeln und rotbraune Borkenplatten.

Bei der Jeffrey-Kiefer sind die Schuppenspitzen meist nach innen gebogen und fühlen sich weniger stechend an.

Bei der Gelb-Kiefer ragen die Spitzen überwiegend nach außen.

Pinus sabiniana besitzt eine viel offenere Krone und sehr lange graugrüne Nadeln.

Pinus lambertiana trägt je fünf Nadeln und außerordentlich lange herabhängende Zapfen.

Ein einzelner gefallener Zapfen ermöglicht keine sichere Bestimmung.

Man muss eine lebende Zweigspitze, die Nadelbündel und die Borke des Baumes gemeinsam betrachten.

QUELLEN

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Pinus+ponderosa
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6521
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_ponderosa_cones.jpg

Parry-Pinyon — große essbare Samen aus Bergzapfen · Pinus quadrifolia

Pinus quadrifolia

In lichten Bergwäldern nahe der mexikanischen Grenze wächst eine niedrige Kiefer mit kurzen dichten Nadeln und rundlichen Zapfen.



Pinus quadrifolia als kleine mehrstämmige Pinyon-Kiefer mit kurzen Nadeln meist zu viert und rundlichen braunen Zapfen

andy71 (Andy Kleinhesselink) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Im Spätsommer und Herbst werden aus den sich öffnenden Zapfen verhältnismäßig große Samen verfügbar.

Dies ist Pinus quadrifolia, die Parry-Kiefer, eine heimische Pinyon-Art. Ihre Kerne können ohne vorheriges Rösten roh gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Meist handelt es sich um einen kleinen mehrstämmigen Baum mit unregelmäßiger Krone, ungefähr vier bis zehn Meter hoch.



Pinus quadrifolia als kleine mehrstämmige Pinyon-Kiefer mit kurzen Nadeln meist zu viert und rundlichen braunen Zapfen
andy71 (Andy Kleinhesselink) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Auf offenen Berghängen bleibt er gelegentlich niedriger.

Die Nadeln stehen überwiegend zu viert, manchmal zu dritt oder fünft in einem Bündel.

Sie werden einige Zentimeter lang, sind verhältnismäßig steif und grau- bis bläulichgrün.

Die Rinde junger Zweige ist zunächst relativ glatt. An alten Stämmen wird sie dunkler und rissig.

Die festen Zapfen sind ungefähr einige bis zehn Zentimeter lang.

Junge Zapfen sind grün; während der Reife werden sie braun und öffnen ihre Schuppen.

Im Inneren liegen große Samen mit relativ harter Außenhülle.

Sie sind wesentlich größer und damit als Nahrung ergiebiger als die Samen vieler hoher Waldkiefern.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Der US Forest Service verzeichnet die natürlichen Vorkommen von Pinus quadrifolia innerhalb Kaliforniens ausschließlich im Süden.

Die wichtigsten Standorte liegen in den Bergen des östlichen San Diego County, im Südwesten des Imperial County und in einem einzelnen Gebiet des südlichen Riverside County.

Diese Bergwälder sind an felsige Hänge in ungefähr 1.200 bis 2.500 Metern Höhe gebunden.

Die Parry-Kiefer ist kein gewöhnlicher Baum der Sierra Nevada und erst recht keine Kiefer der Parks von Sacramento.

Mancherorts wächst sie zusammen mit Pinus monophylla.

Daher ist die Zahl der Nadeln pro Bündel für die Bestimmung besonders wichtig.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr wachsen neue Nadeln. Sie werden in diesem Artikel jedoch nicht als Nahrung betrachtet.

Die Zapfen benötigen mehr als eine Wachstumsperiode, um auszureifen.

Das Öffnen geschieht hauptsächlich im Spätsommer und Herbst, häufig im September und Oktober.

In einzelnen Jahren tragen die Bäume fast keine Samen.

Für Nahrung ohne Feuer eignen sich nur saubere ausgefallene Samen oder Samen aus natürlich geöffneten reifen Zapfen.

Grüne fest geschlossene Zapfen lassen sich ohne Erhitzen kaum sinnvoll zur Nahrung nutzen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Kerne vollständig reifer Samen.

Plants For A Future nennt für Pinus quadrifolia ausdrücklich die Möglichkeit des Rohverzehrs.

Der US Forest Service dokumentiert außerdem ihre Bedeutung als Nahrung für indigene Gemeinschaften des amerikanischen Südwestens.

Jeder Samen besitzt eine harte äußere Schale.

Sie wird mechanisch geknackt. Der helle innere Kern kann anschließend frisch und ohne Erhitzen gegessen werden.

Die Kerne sind ölhaltig. Bei langer Lagerung können sie ranzig werden.

Nur saubere vollständige Kerne ohne Schimmelgeruch werden verwendet.

Nadeln, Harz, innere Rinde und grüne Zapfen sind keine für diese Art gesondert bestätigte rohe Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pinus monophylla hat gewöhnlich nur eine Nadel pro Bündel.

Bei Pinus jeffreyi und Pinus ponderosa stehen meistens drei wesentlich längere Nadeln zusammen.

Für die Parry-Kiefer sind auch ihr relativ niedriger Wuchs, der südliche Bergstandort und ihre typischen Zapfen wichtig.

Bei hybriden und Übergangspopulationen kann man sich durch eine einzelne Zweigspitze täuschen lassen.

In besonders geschützten Gebieten wird nicht gesammelt. An seltenen Bäumen dürfen die Zapfen nicht gewaltsam abgebrochen werden.

QUELLEN

- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pinqua
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pinus+quadrifolia
- https://www.conifers.org/~conifers/pi/Pinus_quadrifolia.php

Kalifornische Graukiefer — große Nüsse und schwere Haken-Zapfen · Pinus sabiniana

Pinus sabiniana

Auf trockenen Hängen rund um das Sacramento Valley wächst eine ungewöhnliche Kiefer.



Pinus sabiniana mit lockerer Krone, langen graugrünen Nadeln zu dritt und großen schweren Hakenzapfen

Eric in SF · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Ihre lockere Krone wirkt beinahe durchsichtig, während lange graugrüne Nadeln in weiten Bündeln herabhängen.

Unter den Bäumen liegen manchmal schwere holzige Zapfen mit scharfen Spitzen an den Schuppen.

Das ist Pinus sabiniana, die Kalifornische Grau- oder Vorgebirgskiefer.



Pinus sabiniana mit lockerer Krone, langen graugrünen Nadeln zu dritt und großen schweren Hakenzapfen

Awinch1001 · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Ihre großen ölhaltigen Samen sind eine saisonale Nahrung, die nach dem Knacken der Schale roh gegessen werden kann.

Die größte Gefahr geht jedoch von schweren Zapfen aus, die aus beträchtlicher Höhe herabfallen können.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausgewachsener Baum wird häufig zehn bis zwanzig Meter hoch.

Sein Stamm kann unregelmäßig wachsen; die weit auseinanderstehenden Äste bilden eine lockere Krone.

Bei alten einzeln stehenden Bäumen ist die Krone besonders licht.

Die Nadeln werden oft zwanzig bis dreißig Zentimeter lang.

Sie stehen zu dritt in einem Bündel und sind graugrün, gelegentlich mit einem bläulichen Ton.

Bei älteren Stämmen ist die Borke rau, dunkelgrau und tief gefurcht.

Im Frühjahr erscheinen an den jungen Zweigen männliche Pollenzapfen.

Die weiblichen Zapfen sind zunächst klein und wachsen über längere Zeit.

Ein großer reifer Zapfen erreicht ungefähr fünfzehn bis dreißig Zentimeter Länge.

Er besteht aus breiten dicken Schuppen mit kräftigen gebogenen Spitzen.

Die Samen sind groß und dunkel, tragen eine feste Außenschale und einen kurzen Flügel.

Ein leerer alter geöffneter Zapfen kann noch lange am Baum hängen oder auf dem Boden liegen, ohne Samen zu enthalten.

Drei lange Nadeln, die offene Krone und ein massiver Zapfen bilden zusammen die zuverlässigste Bestimmungskombination.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Pinus sabiniana als heimische Kiefer mit vielen Beobachtungen in Butte, El Dorado, Placer, Amador, Calaveras, Yuba sowie an Hängen der Coast Ranges.

Für die Gegend von Sacramento ist sie besonders nah und praktisch relevant.

Die Art wächst in Vorgebirgs-Eichenwäldern, auf sonnigen steinigen Hängen und in lichten Gehölzbeständen.

Die städtische Talebene bietet dagegen nicht überall Bedingungen für ihre natürliche Verjüngung.

Der US Forest Service beschreibt Einzelbäume und kleine Gruppen auf trockenen Hängen mit seltenem Sommerregen.

In ertragreichen Jahren können unter alten Kiefern viele Nüsse vorhanden sein.

Vögel und Eichhörnchen sammeln sie jedoch aktiv. In Schutzgebieten gelten Einschränkungen für die Ernte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Kleine Frühlingszapfen enthalten noch keine fertigen essbaren Samen.

Nach Untersuchungen des US Forest Service reifen die großen Samenzapfen vor allem im September und Oktober.

Die Samen können von Oktober bis Februar herausfallen.

Die beste Suchzeit beginnt daher im Herbst, nachdem die Zapfen braun geworden sind und sich geöffnet haben.

Auf dem Boden liegende Samen nehmen nach Regen rasch Feuchtigkeit auf oder werden von Tieren gefressen.

Der Ertrag ist zwischen den Bäumen und Jahren unterschiedlich.

Ein alter im Frühjahr noch hängender Zapfen bedeutet nicht, dass sich darin frische Kerne befinden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife geschälte Samenkerne.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Samen von Pinus sabiniana.

Sie sind recht groß, ölhaltig und besitzen einen etwas süßlichen Nussgeschmack mit leichter harziger Note.

Von einem vollständig reifen Samen wird die feste äußere Schale vorsichtig mit einem mechanischen Werkzeug geöffnet.

Nur der helle innere Kern wird gegessen. Die Schale wird nicht gekaut.

Der Kern kann einzeln verzehrt oder kalt zerdrückt werden.

Dunkel verfärbte, muffige oder ranzige Kerne gehören nicht zur Nahrung.

Rohe Samen sind nicht mit grünen Zapfen gleichzusetzen.

In manchen historischen Beschreibungen wurden junge Zapfen mit Feuer zubereitet.

Dies ist kein Beleg für ihre Eignung als kalte Rohkost.

Der Artenführer erwähnt außerdem innere Rinde als Notnahrung.

Das Abschälen verletzt jedoch lebende Bäume und wird deshalb nicht empfohlen.

Auch Nadeln sind keine Rohkost dieses Artikels.

Man darf nicht unter schweren Zapfen stehen und sie auch nicht mit einem Stock herabschlagen.

Ein schwerer Zapfen mit Hakenspitzen kann Kopf und Hände ernsthaft verletzen.

Sicherer ist es, bereits ausgefallene reife Samen von einer sauberen Fläche aufzuheben.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pinus coulteri trägt noch massivere Zapfen.

Ihre Nadeln sind gewöhnlich merklich kürzer, stehen aber ebenfalls zu dritt.

Die Coulter-Kiefer wächst hauptsächlich in Küstengebirgen Südkaliforniens.

Pinus lambertiana hat fünf Nadeln pro Bündel und besonders lange schlanke statt schwere rundliche Zapfen.

Bei Pinus ponderosa stehen die Nadeln oft zu dritt, ihre Krone ist dichter und die Zapfen sind wesentlich kleiner.

Ein einzelner auf dem Boden gefundener Zapfen ist für die Bestimmung nicht ausreichend.

Die Zweige, Nadelbündel und der gesamte Baum müssen betrachtet werden.

Frische Harzstellen und scharfe Schuppenspitzen können die Haut verletzen. Auch beim Aufheben eines leeren Zapfens sind feste Handschuhe sinnvoll.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6524
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pinsab
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Pinus+sabiniana
- https://www.fs.usda.gov/rm/pubs_series/wo/wo_ah727.pdf

Krähenfuß-Wegerich — geschlitzte Blätter der salzigen Küste · Plantago coronopus

Plantago coronopus

An einem kalifornischen Küstenweg steht manchmal eine niedrige Rosette ungewöhnlich schmaler Blätter.



Plantago coronopus als niedrige Rosette tief gelappter hirschhornartiger Blätter mit dünnen Blütenschäften und Ähren

Ixitixel · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Jedes Blatt wirkt wie ein kleines Hirschgeweih, dessen Ränder in spitze Seitenlappen geteilt sind.

Später erheben sich dünne Blütenschäfte mit schmalen grünen Ähren über der Rosette.

Dies ist Plantago coronopus, der Krähenfuß- oder Hirschhorn-Wegerich, ein Verwandter des Breitwegerichs.



Plantago coronopus als niedrige Rosette tief gelappter hirschhornartiger Blätter mit dünnen Blütenschäften und Ähren

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Er ist jedoch stärker an salzhaltige Küstenstandorte gebunden.

Seine jungen zarten Blätter werden roh in Salatmischungen gegessen, wie sowohl ein botanischer Artenführer als auch die italienische Tradition gemischter Wildsalate belegen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Meist eine einjährige oder kurzlebig ausdauernde Pflanze mit dicht gedrängter niedriger Blattrosette.

Die schmalen länglichen Blätter sind tief gelappt.

An ihren Rändern sitzen mehrere Paare schmaler seitlicher Zähne oder Lappen, sodass ein Blatt wie ein kleines geweihartiges Band erscheint.

Die Oberfläche ist manchmal leicht behaart, manchmal glatt; ihre Farbe reicht von Grün bis etwas Blaugrün.

Die Größe schwankt stark.

Auf festgetretenem Küstenboden werden Blätter nur wenige Zentimeter lang, auf feuchter nährstoffreicher Erde deutlich größer.

Aus der Mitte der Rosette wachsen aufrechte blattlose Blütenstiele.

An ihren Spitzen sitzen dichte längliche Ähren aus zahlreichen winzigen Blüten ohne auffällige Kronblätter.

Zur Blütezeit ragen helle Staubbeutel an langen Fäden hervor.

Nach der Reife entstehen kleine trockene Samen.

Die kräftigen Längsadern erinnern an andere Wegericharten.

Die tiefen seitlichen Einschnitte sind hier aber das wichtigste Unterscheidungsmerkmal.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora betrachtet Plantago coronopus als nicht heimische Art mit mehr als tausend Beobachtungen in Kalifornien.

Sie stammt vor allem aus Küstendünen, Salzmarschen und anderen salzbeeinflussten Pflanzengemeinschaften.

Man trifft sie auf sandigen und verdichteten Böden, an Meereswegen, auf Küstenwiesen und in leicht salzhaltigem Gelände.

Im Sacramento Valley kommen vereinzelt eingeschleppte Bestände vor.

Auf trockenen Waldwegen des Inlandes ist sie aber kein gewöhnliches Wildkraut.

An der Küste kann sie kleine Gruppen neben Queller und anderen salztoleranten Pflanzen bilden.

Viele solche Flächen werden von verunreinigtem Abfluss beeinflusst oder durch Regeln von Naturschutzgebieten geschützt.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Am milden kalifornischen Küstenstreifen wachsen Keimlinge und junge Blätter nach Regenfällen im Herbst und Winter.

Die weichsten Blätter sind vor allem während der kühlen Monate und im frühen Frühjahr verfügbar.

Blütenstiele entstehen gewöhnlich im späten Frühjahr und Sommer.

Während die Ähren ausreifen, können die unteren Blätter gröber und faseriger werden.

An heißen trockenen Standorten nimmt das frische Grün deutlich ab.

Auf kühlen feuchten Küstenböden können Rosetten länger zart bleiben.

Für rohe Nahrung wird daher ein weiches Blattstadium vor dem starken Verholzen der Blattadern gewählt, nicht die ausgewachsene Fruchtphase.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter.

Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Plantago coronopus ausdrücklich und bezeichnet ihn als eine der schmackhafteren Arten seiner Gattung.

Die Blätter besitzen eine leicht bittere Note und eine gewisse feste Textur.

Sie eignen sich deshalb für Mischungen mit weicherem frischem Grün.

In Italien wird die Pflanze als Bestandteil der gemischten Wildsalate *misticanza* verwendet.

Dafür genügt es, die jungen Blätter kalt klein zu schneiden oder zu zerreißen.

Nur die zarte Blattphase.

Bei alten Blättern werden die Längsadern zäh.

Manche Kochrezepte schlagen vor, sie kurz in kochendes Wasser zu tauchen. Das gehört nicht zur Ernährung ohne Feuer.

Blütenähren, reife Samen und Wurzeln werden hier nicht als eigenständige rohe Nahrung empfohlen, da die artspezifische Quelle in erster Linie die jungen Blätter bestätigt.

Auf Salzmarschen mit unbekannter Wasserqualität darf kein rohes Grün gesammelt werden.

Abwaschen entfernt keine Stoffe, die bereits in den Pflanzenteilen angereichert wurden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Plantago lanceolata besitzt ebenfalls schmale Blätter, doch diese bleiben überwiegend ganzrandig und zeigen kräftige parallele Adern.

Beim Krähenfuß-Wegerich sind die Blätter deutlich tief gelappt.

Plantago major trägt breite ovale Blätter und längere Blütenähren.

An Küstenstandorten können auch einige Korbblütler ähnlich zerteilte Blätter besitzen.

Deren Blütenköpfchen sind aber anders aufgebaut als die typischen Wegerich-Ähren.

Ist ein Bestand gerade gemäht worden, sollte man für eine sichere Bestimmung den nächsten Blütenstand an einer benachbarten Pflanze abwarten.

Ein geweihähnliches Blatt allein beweist nicht die Essbarkeit eines unbekannten Wildkrauts.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6612
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Plantago+coronopus

Spitzwegerich — schmale Blätter und dunkle Ähren · Plantago lanceolata

Plantago lanceolata

Zwischen niedrigem Gras an kalifornischen Wegrändern sieht man häufig eine Rosette schmaler grüner Blätter.



Plantago lanceolata mit Rosette langer schmaler parallel geaderter Blätter und kurzen dunklen Blütenähren

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Daraus wachsen dünne blattlose Stängel, die jeweils eine kurze dunkle Blütenähre tragen.

Dies ist Plantago lanceolata, der Spitz- oder Schmalblättrige Wegerich.

Anders als der Breitwegerich bildet er keine breiten ovalen Blätter.



Plantago lanceolata mit Rosette langer schmaler parallel geaderter Blätter und kurzen dunklen Blütenähren

Alex Abair · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Sein junges Laub wird roh gegessen, doch ausgewachsene Blätter werden faserig und zäh.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein ausdauerndes krautiges Gewächs mit grundständiger Blattrosette.

Die Blätter sind schmal und lang, lanzettlich, gewöhnlich nur wenige Zentimeter breit und wesentlich länger als breit.

Vom Grund bis zur Spitze verlaufen drei bis fünf kräftige Längsadern.

Die Blattspreite verjüngt sich allmählich zum kurzen Blattstiel.

Junge Blätter können behaart sein; am Grund stehen mitunter helle Haare.

Ein wichtiges Merkmal ist das Fehlen eines gewöhnlichen beblätterten Stängels.

Alle Blätter entspringen nahezu direkt am Boden.

Aus der Mitte der Rosette wachsen dünne zähe Blütenstiele.

An deren Enden sitzen kurze ovale bis zylindrische Ähren.

Zur Blütezeit ragen helle Staubfäden aus der Ähre, sodass sie von einem hellen Ring umgeben scheint.

Danach entwickeln sich kleine trockene Samenkapseln.

Eine deutliche Pfahlwurzel hilft der Pflanze, Trockenperioden zu überstehen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

UC Integrated Pest Management bezeichnet Plantago lanceolata als eine der beiden häufigsten als Unkraut auftretenden Wegericharten Kaliforniens.

Sie wächst in Gärten, an Feldrändern, entlang von Wegen, auf Weiden und Rasenflächen.

Besonders typisch sind offene gestörte Böden.

Auch nach wiederholtem Mähen kann sich die niedrige Rosette erhalten.

Im Sacramento Valley ist die Art nach Regenfällen und auf bewässerten Flächen ziemlich häufig.

Bei fehlender Feuchtigkeit werden die Blätter klein und grob.

In Wüsten und kalten Hochgebirgen ist die Art wesentlich seltener.

Ein häufiges Vorkommen an Straßen bedeutet keine sichere Nahrungsquelle.

Die Blattrosette sitzt dicht am Boden und kann leicht verschmutzen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In Tieflagen entstehen neue zarte Blätter besonders nach der Rückkehr der Herbstregen.

Im Winter und frühen Frühjahr liefert die Rosette bei mäßiger Temperatur frischen weichen Austrieb.

Gegen Mai erscheinen häufiger Blütenstiele.

UC IPM nennt für Wegericharten ungefähr Mai bis August oder September als Blütezeit.

In milden Gegenden können einzelne Ähren länger stehen bleiben.

Im Sommer verschwinden die Blätter nicht unbedingt, werden aber immer zäher.

Nach weiteren Regenfällen kann neuer weicher Austrieb entstehen.

Trockene reife Ähren bleiben auch dann noch sichtbar, wenn die beste Zeit für rohes Blattgrün bereits vorüber ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zarte junge Blätter.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Blätter von Plantago lanceolata.

Sie schmecken leicht bitter und krautig.

Junge Blätter sind wesentlich angenehmer als alte und eignen sich in kleinen Mengen für gemischte Salate.

Selbst frische Blätter können feste Längsfasern enthalten.

Den gröbsten Mittelteil lässt man besser aus einer rohen Portion heraus.

Bei ausgewachsenen Pflanzen können große Blätter so faserig sein, dass ihre grundsätzliche Essbarkeit wenig praktischen Nutzen bietet.

Ähren, Blütenstiele, Wurzeln und reife Samen dienen in dieser Beschreibung vor allem der Bestimmung.

Der Artenführer erwähnt Samen hauptsächlich in zubereiteter Form.

Sie werden deshalb ohne einen ausreichenden Beleg nicht als gesonderte rohe Nahrung angeboten.

Die Pflanze wird nicht für eine Handvoll zarter Blätter ausgegraben.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Plantago major hat breite ovale Blätter und eine lange zylindrische Ähre.

Beim Spitzwegerich sind die Blätter schmal und die Blütenähren verhältnismäßig kurz.

Auch einige Gräser besitzen schmale Blätter mit parallelen Adern.

Sie stehen aber wechselständig an beblätterten Halmen und bilden ganz andere Blütenstände.

Ein einzelnes Blatt ohne Rosette und Blütenstiel reicht zur sicheren Bestimmung nicht aus.

Auf Herbizidrasen, neben Autostraßen und an Orten mit Tierkot wird nicht gesammelt.

Der Spitzwegerich kann auch auf schwermetallbelasteten Böden wachsen.

Äußerlich saubere Blätter garantieren deshalb keine chemische Unbedenklichkeit.

QUELLEN

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/buckhorn-plantain/
- https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/plantains/
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Plantago+lanceolata

Breitwegerich — breite geaderte Rosetten und reife Samen · Plantago major

Plantago major

Auf einem festgetretenen Weg, neben einem bewässerten Rasen oder zwischen Gemüsebeeten liegt häufig eine beinahe flache Rosette breiter Blätter.



Plantago major mit breiten ovalen grundständigen Blättern und fünf bis sieben kräftigen Längsadern sowie langer Blütenähre

Iorsh · Public domain · Wikimedia Commons

Darüber erheben sich dünne Stängel mit länglichen grünen Blütenähren.

Das ist Plantago major, der Breit- oder Große Wegerich.

Er kann viele Jahre sogar auf verdichtetem Boden überleben.



Plantago major mit breiten ovalen grundständigen Blättern und fünf bis sieben kräftigen Längsadern sowie langer Blütenähre

Bff · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Als Nahrung werden seine jungen Blätter gegessen und später die kleinen reifen Samen gesammelt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Breitwegerich ist eine ausdauernde krautige Pflanze.

Er besitzt kaum einen sichtbaren oberirdischen Stängel mit wechselständigen Blättern.

Stattdessen entspringen die Blätter direkt einer kurzen grundständigen Achse und bilden eine Rosette.

Ein Blatt ist gewöhnlich breit, oval bis eiförmig und ungefähr fünf bis achtzehn Zentimeter lang.

Das wichtigste Merkmal sind fünf bis sieben große Adern, die vom Blattgrund zur Spitze verlaufen.

Sie liegen beinahe parallel und sind auf der Unterseite besonders deutlich.

Die Adern sind fest. Beim Zerreißen eines Blattes bleiben manchmal dünne faserige Fäden hängen.

Der Blattrand ist ganzrandig bis schwach gewellt und besitzt keine tiefen Einschnitte.

Junge Blätter sind weich und zart, ältere werden fest und faserig.

Aus der Mitte der Rosette wachsen lange blattlose Blütenstiele.

Darauf sitzen verlängerte dichte Ähren mit vielen winzigen grünlichen Blüten.

Die Einzelblüten sind unscheinbar; manchmal ragen kleine helle Staubbeutel hervor.

Nach der Blüte werden die Ähren dunkler. In kleinen Kapseln reifen zahlreiche braune Samen heran.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Plantago major stammt ursprünglich aus Eurasien.

Heute ist er in Kalifornien weit verbreitet, besonders auf regelmäßig durch Menschen gestörten Böden.

Er wächst in Stadtparks, Gärten, auf bewässerten Rasenflächen, Gemüsebeeten, Straßenrändern und entlang von Fußwegen.

Der Wegerich erträgt verdichtete und festgetretene Erde gut.

Seine Rosette liegt oft beinahe auf Bodenniveau. Menschen gehen unmittelbar daran vorbei oder treten sogar darauf.

An feuchten und mäßig beschatteten Orten kann er sehr häufig sein.

In trockenen Wüsten ohne Wasser kommt er wesentlich seltener vor.

Im Sacramento Valley ist er auf bewässerten Höfen und bei Wegen leicht zu erkennen.

Aber nicht jedes Grün am Straßenrand eignet sich zum Essen.

Direkt an Straßen und auf chemisch behandelten Rasenflächen können die Pflanzen verunreinigt sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blattrosette kann im milden kalifornischen Klima während eines großen Teils des Jahres grün bleiben.

In Tieflagen wachsen besonders nach Regenfällen und während des Frühjahrs zarte neue Blätter.

Auf dauerhaft bewässerten Flächen entsteht auch im Sommer neuer Austrieb.

Die Blüte findet in Kalifornien nach Angaben von UC IPM gewöhnlich von April bis September statt.

Die Samen reifen allmählich an den Ähren, meist im Sommer und frühen Herbst.

Alte Ähren vertrocknen. Die Blätter der Rosette werden bis dahin häufig fester.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter.

Sie können roh gegessen werden, solange sie weich sind und noch keine groben Fasern besitzen.

North Carolina State University Extension bezeichnet den Breitwegerich ausdrücklich als essbares Grün und die jungen Blätter als roh geeignet.

Sie besitzen einen leicht krautigen Geschmack.

Im Alter werden die Adern so kräftig, dass die Blätter ohne Zubereitung schwer zu essen sind.

Reife Samen.

An trockenen Ähren sitzen kleine braune Samen, die ebenfalls essbar sind.

Universitäre Quellen nennen sie als eigenständigen Nahrungsteil von Plantago major.

Sie lassen sich von den trockenen Kapseln lösen und ohne Erhitzen in kleinen Mengen verwenden.

Zu viele Samen können bei manchen Menschen abführend wirken.

Die gesamte feste Blütenähre wird nicht als Gemüse gegessen.

Man trennt die reifen Samen vom harten Stiel und den trockenen Kapseln.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wächst auch Plantago lanceolata, der Spitzwegerich.

Seine Blätter sind länger, schmaler und stärker zugespitzt; sein Blütenkopf ist kurz und dicht.

Bei Plantago major sind die Blätter breiter, während die blühende oder fruchttragende Ähre sich über einen längeren Teil des Blütenstiels erstreckt.

Auch andere Pflanzen bilden niedrige Rosetten.

Die großen nahezu parallelen Adern im breiten Blatt und die blattlosen Blütenstiele helfen jedoch, den Breitwegerich zu bestimmen.

Vor dem Erscheinen der Blütenstände sollte nicht nur ein einzelnes Blatt, sondern die gesamte Rosette betrachtet werden.

Während der Samenreife färbt sich die Ähre von Grün zu Braun.

Die Rosettenblätter bleiben an ihren kräftigen bogenförmigen Längsadern erkennbar.

UC IPM zählt Plantago major zu den weitverbreiteten ausdauernden Pflanzen Kaliforniens, weist aber auf geringere Vorkommen in Wüsten und manchen Hochgebirgsregionen hin.

NCSU bestätigt rohe junge Blätter und essbare Samen.

Samen werden jedoch nicht für große Portionen empfohlen, besonders nicht bei niedrigem Blutdruck.

QUELLEN

- UC IPM, Broadleaf Plantain, Verbreitung und Merkmale: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/broadleaf-plantain/
- UC IPM, Plantains, Vergleich zu Plantago lanceolata: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/plantains/
- NC State Extension, Plantago major, junge Blätter und Samen: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/plantago-major/common-name/plantain/
- NC State Extension, Extension Gardener Handbook, Edible Weeds: https://content.ces.ncsu.edu/extension-gardener-handbook/6-weeds

Strand-Wegerich — zartes schmales Blattgrün an salzigen Küsten · Plantago maritima

Plantago maritima

An der kalifornischen Pazifikküste, wo Meerwasser gelegentlich niedrige Wiesen benetzt, wächst eine kleine ausdauernde Pflanze mit einer dichten Rosette schmaler grüner Blätter. Ihre unscheinbaren Blüten erheben sich an blattlosen Stielen in kurzen Ähren.



Plantago maritima mit schmalen fleischigen ganzrandigen Blättern in Bodenrosette und aufrechten Blütenähren

Cwmhiraeth · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Plantago maritima, der Strand-Wegerich, im Englischen auch Goose Tongue genannt. Junge Blätter können roh gegessen werden. Weil die Art keine großen auffälligen Blüten besitzt, wird sie zwischen salzliebenden Gräsern leicht übersehen. Die größte Gefahr beim Rohverzehr sind Schmutz und verunreinigtes Wasser an der Küste.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Strand-Wegerich ist eine ausdauernde krautige Pflanze mit kräftigem Grund und einer bodennahen Blattrosette.

Die Blätter sind schmal und linealisch, manchmal etwas fleischig, ganzrandig oder mit winzigen kaum erkennbaren Zähnen. Gewöhnlich sind sie wenige Millimeter breit, können aber mehrere Dutzend Zentimeter lang werden.

Anders als beim Breitwegerich gibt es hier keine großen ovalen Blattspreiten.

Aus der Mitte der Rosette wachsen dünne blattlose Blütenstiele mit dichten zylindrischen Ähren aus vielen winzigen grünlichen Blüten.

Während der Blüte ragen helle Staubbeutel an feinen Fäden hervor. Später entstehen kleine trockene Kapseln mit Samen.

Ältere Blätter besitzen die charakteristischen Längsadern der Wegericharten. Wegen ihrer schmalen Gestalt erscheint die Oberfläche allerdings manchmal fast einheitlich.

Die Pflanze wächst oft niedrig auf feuchtem salzhaltigem Boden. Auf etwas trockeneren Erhebungen bleibt sie kürzer und wird steifer.

Für die sichere Bestimmung müssen sowohl die schmale, ungeteilte Blattrosette als auch die echte Wegerich-Blütenähre erkennbar sein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Plantago maritima als heimische kalifornische Art und ordnet sie Küstenstrand-, Salzmarsch- und Feuchtgebiets- beziehungsweise Ufergesellschaften zu.

Besonders viele Beobachtungen stammen aus Marin, Mendocino, Humboldt, San Mateo, Santa Cruz, Sonoma und anderen küstennahen Countys.

Bewässerte Süßwasserrasen des Sacramento Valley sind kein typischer natürlicher Standort.

An der Küste bildet der Strand-Wegerich gelegentlich kleine Gruppen in niedrigen Salzwiesen, manchmal in Nachbarschaft von Queller.

Viele dieser Flächen stehen aber als Lebensräume für Vögel und andere Tiere unter Schutz.

Grüne Blätter neben einer Gezeitenmarsch bedeuten nicht, dass der Boden hygienisch sicher für eine rohe Ernte ist.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima können die Blätter einen großen Teil des Jahres erhalten bleiben.

Besonders zarter neuer Austrieb entwickelt sich jedoch nach Winter- und Frühjahrsregen.

Die Ähren erscheinen gewöhnlich im späten Frühjahr und Sommer. Plants For A Future nennt Juni bis August als Blütezeit und August bis September für die Samenreife.

In Kalifornien können sich die genauen Termine durch Küstennebel und salzige Stürme etwas verschieben.

Alte Blätter werden im Sommer zäher und faseriger. Auf dauerhaft feuchtem Boden bleiben jüngere Rosetten länger weich.

Für die Ernährung sind junge Blätter geeigneter; reife Ähren dienen dagegen vor allem der botanischen Bestimmung und der späteren Samenernte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Plantago maritima und weist darauf hin, dass diese Art unter den Wegerichen verhältnismäßig wenig zähe Fasern besitzt.

Die Blätter schmecken leicht salzig, manchmal mit einer milden nussartigen Note.

Einige junge Blätter können fein geschnitten unter andere frische Salatpflanzen gegeben werden. Ältere Blätter werden zunehmend faserig.

Kleine reife Samen.

Der artspezifische Führer nennt sie sowohl roh als auch zubereitet essbar.

Sie sind sehr klein und mühsam zu sammeln. Nach vollständiger Reife können sie behutsam aus sauberen trockenen Ähren gelöst und als kleine Zugabe verwendet werden.

Das Zerkleinern in einem kalten Mörser benötigt kein Feuer.

Größere Mengen trockener schleimbildender Samen können bei Wasserkontakt stark aufquellen.

Deshalb werden sie mit ausreichend Trinkwasser gemischt und nicht in trockenen Handvoll-Portionen gegessen.

Die Wasserqualität ist entscheidend.

Rohe Blätter aus verunreinigten Salzmarschen, unterhalb von Abwassergräben oder an Stellen mit intensivem Viehzugang dürfen nicht als sichere Nahrung betrachtet werden.

Das Waschen mit Trinkwasser entfernt einen Teil des äußeren Schmutzes, garantiert aber nicht die Entfernung aufgenommener Schadstoffe und Krankheitserreger.

In geschützten Küstenfeuchtgebieten gelten Sammelverbote und andere Regeln der jeweiligen Fläche.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Plantago coronopus, der bereits beschriebene Krähenfuß-Wegerich, besitzt tief gelappte schmale Blätter, die wie kleine Geweihe wirken.

Die Blätter von Plantago maritima sind dagegen meistens ganzrandig, etwas fleischig und länglich.

Plantago lanceolata besitzt eine breitere Blattspreite mit gut sichtbaren gebogenen Längsadern und eine kurze dunkle Blütenähre.

Auf Salzwiesen wachsen daneben viele schmalblättrige Gräser und Binsen. Diese unterscheiden sich jedoch im Aufbau von Blütenständen und Blattgrund.

Schmale Blätter auf salzigem Boden allein reichen nicht für eine sichere Bestimmung.

Es muss ein eigener Blütenstiel mit typischer Wegerich-Ähre an derselben Pflanze zu erkennen sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6620
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6620
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Plantago+maritima
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Plantago_maritima.jpg

Vogelknöterich — niedrig wachsende geknotete Triebe als Rohgrün · Polygonum aviculare

Polygonum aviculare

Zwischen Gehwegplatten, am Gartenrand und auf festgetretenen Flächen breitet sich häufig ein dünnes grünes Kraut mit vielen kleinen Blättern flach über den Boden aus.



Polygonum aviculare mit flachen dünnen knotigen Stängeln, kleinen wechselständigen Blättern und winzigen achselständigen Blüten

Dalgial · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Seine Triebe wachsen sternförmig auseinander. In den Blattachseln verstecken sich kaum erkennbare weißlichrosa Blüten.

Das ist Polygonum aviculare, der Vogelknöterich.

Solange sein Grün zart ist, können junge Blätter und Triebspitzen roh gegessen werden.



Polygonum aviculare mit flachen dünnen knotigen Stängeln, kleinen wechselständigen Blättern und winzigen achselständigen Blüten

Mark Marathon · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Eine einjährige Pflanze mit dünnen, stark verzweigten Stängeln von ungefähr zehn bis fünfzig Zentimetern Länge.

Viele Stängel kriechen über den Boden, gelegentlich richten sich ihre Spitzen etwas auf.

Die kleinen einfachen wechselständigen Blätter sind elliptisch bis lanzettlich, ganzrandig und besitzen eine deutlichere Mittelader.

An jedem Stängelknoten liegt eine dünne durchsichtige röhrenartige Scheide aus verwachsenen Nebenblättern: die Ochrea. Sie ist ein besonders wichtiges Merkmal der Knöterichgewächse.

Einzelne Blüten oder kleine Gruppen stehen unmittelbar in den Blattachseln. Sie sind grünlichweiß mit rosa Rändern.

Nach dem Verblühen bilden sich winzige dreikantige braune Nüsschen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Polygonum aviculare als nicht heimische Pflanze und dokumentiert die Art in vielen Teilen Kaliforniens.

Dazu gehören das Sacramento Valley, die Küste, Vorgebirge und zahlreiche Standorte mit gestörtem Boden.

Sein niedriger Wuchs lässt die Pflanze wiederholtes Betreten überstehen.

Das macht städtische Gehwege jedoch nicht zu geeigneten Orten für die Nahrungssuche.

Pflanzen bei Parkplätzen, behandelten Rasenflächen, Straßen und Hundeauslaufbereichen dürfen nicht roh gegessen werden.

Geeignet sind ausschließlich saubere Flächen, auf denen die Art zweifelsfrei bestimmt wurde.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In mildem Klima keimen Samen nach den Regenfällen im Winter oder Frühjahr.

Junge weiche Triebe erscheinen vor allem gegen Ende des Winters und im Frühling.

Auf bewässerten Flächen können sie auch im Sommer wachsen.

Die kleinen Blüten öffnen sich während des Frühjahrs und Sommers.

Im späteren Jahresverlauf reifen nach und nach Samen.

Wenn die Stängel faserig werden, eignen sie sich nicht mehr als zartes frisches Blattgrün.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und sehr zarte Triebspitzen.

Plants For A Future nennt für Polygonum aviculare ausdrücklich den Rohverzehr junger Blätter und Pflanzen.

Das Grün besitzt einen überwiegend neutralen krautigen Geschmack, manchmal mit einer leicht herben Note.

Für kalte Speisen wählt man weiche neue Blätter und entfernt feste Teile des Stängels.

Es werden nur kleine Portionen verwendet.

Auch Samen werden als roh essbar beschrieben.

Sie sind allerdings winzig und lassen sich nur schwer in einer nennenswerten Menge sammeln. Für den praktischen Speiseplan im Freien bleiben sie daher eine nebensächliche Ergänzung.

Wegen Gerbstoffen und möglichen Oxalaten sind große Portionen nicht empfehlenswert.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Persicaria maculosa und andere Knötericharten wachsen oft aufrechter, besitzen größere Blätter und rosafarbene Blüten, die in Ähren stehen.

Bei Polygonum aviculare sind die Blüten direkt in den Achseln der kleinen Blätter verborgen, während die Stängel häufig eine dichte niedrige Matte bilden.

Einige niederliegende Amarantgewächse können ebenso über den Boden wachsen. An ihren Stängelknoten fehlen aber die häutigen Ochrea-Scheiden.

Zur Bestimmung müssen genau diese Knoten mit ihren Scheiden und die achselständigen Blüten geprüft werden.

Ein flacher Wuchs allein ist kein verlässlicher Beweis.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10251

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Polygonum+aviculare
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Polygonum_aviculare.JPG

Portulak — saftige sommerliche Blätter, Stängel, Blüten und Samen · Portulaca oleracea

Portulaca oleracea

Im Sommer kriechen auf bewässerten Flächen Kaliforniens häufig fleischige rötliche Stängel über den Boden. Sie tragen kleine rundliche Blätter, zwischen denen sich bei Sonnenschein winzige gelbe Blüten öffnen.



Portulaca oleracea mit kriechenden rötlichen fleischigen Stängeln, glänzenden löffelförmigen Blättern und kleinen gelben Blüten

Ethel Aardvark · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Dies ist Portulaca oleracea, der Gewöhnliche Portulak.

Er wächst schnell, bildet stellenweise dichte grüne Teppiche und liefert gleich mehrere ohne Feuer essbare Pflanzenteile: Blätter, junge Stängel, Blüten und kleine Samen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein einjähriges niedriges Kraut.



Portulaca oleracea mit kriechenden rötlichen fleischigen Stängeln, glänzenden löffelförmigen Blättern und kleinen gelben Blüten

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Von einer gemeinsamen Basis gehen zahlreiche glatte saftige Stängel in verschiedene Richtungen aus. Sie sind häufig rötlichbraun gefärbt.

Die Triebe liegen auf dem Boden oder heben sich leicht an.

Einzelne Triebe werden mehrere Dutzend Zentimeter lang, manchmal beinahe einen Meter.

Die Blätter sind klein, gewöhnlich etwa einen halben bis drei Zentimeter lang.

Sie sind dick, glatt und glänzend und erinnern an kleine Löffel.

Ein Blattstiel ist kaum erkennbar.

Am Stängel können die Blätter paarweise oder wechselständig stehen, besonders näher am Grund.

Gelbe Blüten erscheinen an den Spitzen der Triebe und in den Blattachseln.

Sie besitzen fünf leuchtend gelbe Kronblätter und öffnen sich gewöhnlich nur bei gutem Sonnenlicht.

Nach der Blüte entsteht eine kleine Samenkapsel.

Ihr oberer Teil öffnet sich wie ein winziger Deckel und setzt zahlreiche sehr kleine dunkle Samen frei.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Portulak wächst beinahe in ganz Kalifornien, überwiegend auf bearbeitetem oder gestörtem Boden.

Besonders häufig ist er in Gemüsegärten, privaten Gärten, auf bewässerten Feldern, neben Rasen, in Weinbergen und an warmen Wegrändern.

Im Sacramento Valley können sommerliche Bestände sehr auffällig sein.

Wird eine Fläche regelmäßig feucht gehalten, schließen die einzelnen Pflanzen rasch zu einer zusammenhängenden grünen Decke auf.

Sonne und Wärme kommen ihm besonders entgegen. Im kühlen dichten Waldschatten wächst er viel seltener.

Dank fleischiger Blätter und Stängel übersteht er zeitweilige Trockenheit.

Sein kräftigstes Wachstum zeigt er dennoch gewöhnlich auf warmem feuchtem Boden.

Portulak stammt aus der Alten Welt und ist heute in vielen Ländern als Nahrungspflanze bekannt.

In Indien, im Nahen Osten, im Mittelmeerraum und in Mexiko wird er für pflanzliche Gerichte einschließlich frischer Salate verwendet.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In Südkalifornien können die Pflanzen nach Erwärmung bereits im späten Winter oder frühen Frühjahr keimen.

Im Central Valley wachsen sie gewöhnlich ab dem späten Frühjahr besonders kräftig, vor allem von Juni bis September.

Zarte Blätter und junge Stängel erscheinen während der gesamten aktiven Wachstumszeit.

Die Blüte dauert meist von Mai bis September, mit Unterschieden zwischen Regionen und Jahren.

Samen reifen nach der Blüte ab dem Sommer.

Auf einer Pflanze können gleichzeitig neue Blätter, offene Blüten und bereits geöffnete reife Samenkapseln vorkommen.

Mit dem ersten Frost endet der einjährige Lebenszyklus.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blätter.

Junge saftige Blätter werden roh gegessen, einzeln oder als Teil eines grünen Salats.

Sie schmecken etwas säuerlich und schwach salzig.

Der Geschmack kann im Tagesverlauf wechseln. Morgens ist das Grün manchmal deutlich saurer.

Junge Stängel.

Solange ein Stängel grün oder rötlich, weich und saftig ist, kann auch er roh gegessen werden.

Sein Geschmack erinnert an knackiges Frischgemüse, nicht an einen holzigen Zweig.

Blüten und Knospen.

Die gelben Blüten und zarten Knospen sind ebenfalls essbar.

North Carolina State University Extension nennt ausdrücklich rohe Blüten zusammen mit Blättern und Stängeln.

Sie liefern nur eine kleine Ergänzung während der Blüte und keine umfangreiche eigene Ernte.

Reife Samen.

Sie können ebenfalls roh verzehrt werden.

Die Samen sind winzig. Man sammelt sie nach dem Ausreifen der Kapseln und kann sie fein zermahlen.

Historische und botanische Quellen beschreiben ihre Verwendung in verschiedenen Regionen der Welt.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr.

Portulak enthält lösliche Oxalate.

North Carolina State University Extension warnt vor möglichen Problemen beim Verzehr größerer Mengen.

Für einen rohen Salat ist deshalb Mäßigung sinnvoll, besonders wenn Oxalate in der Ernährung begrenzt werden müssen.

Auf mit Herbiziden behandelten Rasenflächen, in Industriegebieten und auf belasteten Straßenböden wird nicht gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Auf ähnlichen trockenen Rasenflächen wächst der Gefleckte Wolfsmilch-Euphorbia maculata.

Auch er bildet kriechende rötliche Triebe.

Seine Blätter sind jedoch wesentlich dünner, häufig mit einem dunklen Fleck.

Bricht ein Stängel ab, tritt weißer Milchsaft aus, der die Haut reizen kann.

Beim echten Portulak sind Blätter und Stängel glatt und fleischig; ein solcher weißer Milchsaft fehlt.

Besonders häufig kommt es zur Verwechslung mit niederliegenden Wolfsmilcharten.

Bei ihnen können die Stängel zusätzlich behaart sein; austretender weißer Milchsaft wirkt reizend.

UC Integrated Pest Management warnt, dass Wolfsmilcharten Haut und Verdauungstrakt reizen können.

Die Bestimmung erfolgt daher anhand mehrerer äußerer Merkmale und niemals durch eine Geschmacksprobe.

QUELLEN

- UC IPM, Common Purslane, Verbreitung, Bau und Saison: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/common-purslane/
- UC IPM, Portulak als Blattgemüse: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/common-purslane/
- NC State Extension, Portulaca oleracea, rohe Pflanzenteile: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/portulaca-oleracea/
- Plants For A Future, Portulaca oleracea, rohe Blätter, Stängel und Samen: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Portulaca+oleracea
- University of Wisconsin Extension, Knospen und Samen: https://hort.extension.wisc.edu/articles/common-purslane-portulaca-oleracea/
- UC IPM, Spotted Spurge, Verwechslung und Milchsaft: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/spotted-spurge-and-other-spurges/

Amerikanische Pflaume — säuerlichsüße reife Früchte seltener Bestände · Prunus americana

Prunus americana

Auf einem alten Grundstück kann gelegentlich ein kleiner Baum stehen, der im Frühjahr schon vor der vollständigen Blattentfaltung von weißen Blüten bedeckt ist.



Prunus americana mit weißen Frühlingsblüten und kleinen runden gelben bis rot gefärbten Pflaumen zwischen kurzen dornigen Zweigen

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer reifen an kurzen Zweigen kleine runde gelbe oder rote Pflaumen.

Die Amerikanische Pflaume ist in zentralen und östlichen Gebieten Nordamerikas heimisch.

In Kalifornien wurde sie dagegen nur als ausgesprochen seltene eingeführte Baumart registriert.

Das Fruchtfleisch vollständig reifer Pflaumen kann ohne Erhitzen gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Gewöhnlich ein großer Strauch oder kleiner Baum von zwei bis sechs Metern Höhe.

Über Wurzelausläufer kann er dichte Gruppen bilden.

An den Zweigen entstehen manchmal kurze spitze Triebe, die wie Dornen wirken.

Die Borke alter Stämmchen ist graubraun und unregelmäßig.

Die wechselständigen Blätter sind elliptisch bis oval, einige Zentimeter lang, an der Spitze zugespitzt und am Rand deutlich gezähnt.

Ihre Oberfläche kann etwas rau sein.

Die weißen fünfzähligen Blüten stehen zu ein bis drei an kurzen Zweigen.

Sie erscheinen häufig, bevor sich die Blätter vollständig entfaltet haben.

Die runden Früchte sind gewöhnlich zwei bis drei Zentimeter breit.

Sie sind goldgelb, rot oder gelb mit rotem Schimmer.

Ihre Schale kann fest und säuerlich sein.

Jede Frucht enthält einen einzigen größeren harten Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Prunus americana als nicht heimische Art und enthält nur ungefähr fünf Beobachtungen aus ganz Kalifornien.

Die Amerikanische Pflaume sollte deshalb weder als häufige Frucht der Sierra Nevada noch als Massenpflanze im Sacramento Valley gesucht werden.

Realistische Fundorte sind ältere Pflanzungen, Einführungsgärten und einzelne Sämlinge bei ehemaligen Gehöften.

In kalifornischen natürlichen Lebensräumen wachsen andere Prunus-Arten, darunter die heimische Prunus subcordata, die im Atlas gesondert beschrieben wird.

Auf Gelände alter Obstgärten ist für eine Ernte die Erlaubnis des Eigentümers notwendig.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Weiße Blüten öffnen sich im Frühjahr, bei passenden Temperaturen gewöhnlich im März und April.

Danach wachsen die Früchte heran.

In Kalifornien können die kleinen Pflaumen im Spätsommer reif werden, an warmen Standorten auch früher.

Ein ausgereifter Fruchtstand lässt sich an der sortentypischen Farbe, weicherem Fruchtfleisch und einem leicht süßlichen Duft erkennen.

Unreife grüne Früchte bleiben hart und sehr sauer.

Am selben Baum können an einem Tag verschiedene Reifestadien vorkommen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch.

Für Prunus americana ist der Rohverzehr der Früchte artspezifisch bestätigt.

Das Fruchtfleisch ist saftig, von süßsauer bis ausgesprochen sauer.

Bei manchen Formen bleibt die Schale recht fest und herb.

Man kann eine reife Pflaume frisch essen, nachdem der einzige harte Stein vollständig entfernt wurde.

Vor dem kalten Zerdrücken des Fruchtfleisches werden sämtliche Steine herausgenommen, ohne sie zu brechen.

Reife Früchte können ohne Feuer getrocknet werden, sofern sie sauber bleiben und nicht schimmeln.

Der Samen im Stein wird nicht gegessen.

Calflora warnt ausdrücklich vor Samen, Blättern und Stängeln dieser Art.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die heimische Prunus subcordata unterscheidet sich durch eine Kombination aus Blattform, Färbung der reifen Pflaume, natürlichem Standort und Triebbau.

Prunus cerasifera, die eingeführte Kirschpflaume, kann besonders bei Gartenhybriden sehr ähnliche Früchte und Blüten bilden.

Anhand einer einzelnen kleinen roten Pflaume ist eine sichere Artbestimmung schwierig.

Man braucht Blätter, Blüten und Angaben zum Standort.

Für alle Steinobstarten gilt: Die Essbarkeit des Fruchtfleisches erstreckt sich niemals automatisch auf den Kern des Steins.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9393
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prunus+americana
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/prunus-americana/

Aprikose — goldgelbe reife Früchte aus alten Obstgärten · Prunus armeniaca

Prunus armeniaca

Auf einer aufgegebenen Farm oder bei einem alten Landhaus steht im Frühjahr manchmal ein Baum, dessen Zweige bereits vor dem dichten Laubaustrieb mit zarten weißrosa Blüten bedeckt sind.



Prunus armeniaca mit weißen bis rosa Frühjahrsblüten, rundlichen Blättern und goldorangenen leicht behaarten Aprikosen

Elena Chochkova (Eola) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Zu Beginn des Sommers reifen daran rundliche orangegelbe Früchte mit einem feinen samtigen Flaum.

Das ist Prunus armeniaca, die Aprikose, die wegen ihrer Früchte nach Kalifornien gebracht wurde.

Das saftige Fruchtfleisch vollreifer Aprikosen kann ohne Erhitzen gegessen werden.



Prunus armeniaca mit weißen bis rosa Frühjahrsblüten, rundlichen Blättern und goldorangenen leicht behaarten Aprikosen

Jossian · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Der Stein und alles, was sich in seinem Inneren befindet, gehören nicht zur Nahrung.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum, gewöhnlich drei bis acht Meter hoch, mit breiter Krone und graubrauner Borke.

Junge Triebe sind rötlichbraun und manchmal glänzend.

Die wechselständigen Blätter sind rundlich bis breit eiförmig.

Ihr Grund ist herzförmig oder etwas keilförmig. Sie besitzen eine kurze zugespitzte Spitze und einen fein gezähnten Rand.

Die Blüten sitzen einzeln oder paarweise an kurzen Zweigen.

Sie haben jeweils fünf weiße oder blassrosa Kronblätter und zahlreiche Staubblätter.

Die Frucht ist rund oder leicht eiförmig, gewöhnlich etwa drei bis sechs Zentimeter breit.

Ihre Oberfläche besitzt eine Längsnaht und einen feinen Flaum.

Das Fruchtfleisch ist goldgelb bis orange und enthält einen einzigen abgeflachten harten Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Prunus armeniaca als eingeführten Baum mit ungefähr dreißig Beobachtungen außerhalb gewöhnlicher Kulturen.

Deshalb sucht man Aprikosen am ehesten bei alten Obstgärten, früheren Farmen, Gehöften und ländlichen Gebäuden, nicht als häufige Art kalifornischer Eichenwälder.

Im Obstbau des Central Valley einschließlich der Umgebung von Sacramento ist die Aprikose gut bekannt.

Die meisten Bäume befinden sich jedoch auf privaten Grundstücken.

Für den Rohverzehr werden Obstgärten mit unbekannter Pestizidbehandlung und Orte ohne Sammelerlaubnis ausgeschlossen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In warmen Tälern öffnen sich die Blüten bereits gegen Ende des Winters oder zu Beginn des Frühjahrs.

Nach dem Fruchtansatz wachsen die kleinen Aprikosen im Frühjahr heran.

Frühe Sorten können ab Ende Mai reif werden.

Der wichtigste Reifezeitraum liegt häufig im Juni und Juli, an kühleren Standorten später.

Eine vollreife Aprikose duftet aromatisch.

Fast die gesamte Schale wechselt von grünlicher Farbe zu Gelb oder Orange.

Bei leichtem Druck gibt das Fruchtfleisch etwas nach.

Harte grüne Früchte eignen sich nicht für den frischen Verzehr.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich vollständig reifes Fruchtfleisch.

Es kann unmittelbar vom Baum gegessen werden; nach Wunsch lässt sich die Schale entfernen.

Die Frucht wird entlang ihrer natürlichen Naht geöffnet und der Stein vollständig herausgenommen.

Das Fruchtfleisch ist süß und saftig, gelegentlich mit deutlicher Säure.

Saubere vollreife Fruchthälften können bei trockenem Wetter ohne Erhitzen auf einem vor Insekten geschützten Netz trocknen.

Schimmel muss dabei unbedingt ausgeschlossen werden.

Calflora warnt ausdrücklich davor, Samen, Blätter und Stängel der Aprikose zu essen.

Besonders gefährlich sind die Kerne im Inneren des Steins.

Sie können Amygdalin enthalten, aus dem Cyanid entsteht.

Steine dürfen zum Zweck des Essens weder geknackt noch zermahlen werden.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Pfirsich Prunus persica besitzt gewöhnlich längere schmalere Blätter und größere, stärker behaarte Früchte.

Die Aprikose unterscheidet sich unter anderem durch ihre rundliche Blattspreite.

Bei der Kirschpflaume Prunus cerasifera können die Blätter ähnlich aussehen.

Fruchtreife, Steinbau und Behaarung der Fruchthaut unterscheiden sich jedoch.

Sorten und Hybriden der Obstbäume sind sehr unterschiedlich.

Deshalb darf eine Aprikose nicht allein nach der Farbe ihres Fruchtfleisches bestimmt werden.

Blüten, Blätter und erwachsene Früchte werden zusammen betrachtet.

Essbares Aprikosenfruchtfleisch bedeutet niemals, dass der Samen sicher wäre.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9203
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+armeniaca

Vogelkirsche — süße reife Früchte alter und verwilderter Bäume · Prunus avium

Prunus avium

Auf einem alten Grundstück oder in einer Hecke wächst gelegentlich ein hoher Baum mit glatter grauer Rinde und glänzenden gezähnten Blättern.



Prunus avium mit weißen Frühlingsblüten, gezähnten glänzenden Blättern und langstieligen gelben bis dunkelroten Süßkirschen

Orchivard · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr überziehen weiße Blüten seine Zweige. Im Sommer hängen zwischen den Blättern süße Steinfrüchte an langen Stielen.

Das ist Prunus avium, die Vogel- oder Süßkirsche: ein vertrauter Obstbaum, der bisweilen auch außerhalb von Pflanzungen vorkommt.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der sommergrüne Baum wird oft über zehn Meter hoch.

Die Borke jüngerer Stämme ist glatt und trägt waagerechte Lentizellen.

Später verdunkelt sie sich und bildet Risse.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind länglich, an der Spitze zugespitzt und am Rand ziemlich grob gezähnt.

Am Blattgrund oder am Blattstiel sind häufig kleine Drüsen sichtbar.

Die weißen Blüten besitzen fünf Kronblätter und stehen gewöhnlich zu mehreren an kurzen Trieben.

Die reifen Früchte sind rund oder herzförmig.

Sie sitzen an langen Fruchtstielen und enthalten jeweils einen einzelnen harten Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Prunus avium ist eine aus Europa eingeführte Obstart.

Calflora dokumentiert nur einzelne verwilderte Vorkommen in Kalifornien.

Die meisten Bäume im Umfeld von Städten wurden von Menschen gepflanzt.

Im Sacramento Valley und den angrenzenden Vorgebirgen können ältere Bäume und Sämlinge überleben.

Es gibt aber keinen Grund, die Süßkirsche als häufige heimische Waldpflanze Kaliforniens zu bezeichnen.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte findet im kühlen Frühjahr statt.

An warmen Standorten kann sie gelegentlich schon gegen Ende des Winters einsetzen.

Die Früchte reifen im späten Frühjahr und Frühsommer, meistens von Mai bis Juli.

Der genaue Zeitraum hängt von Sorte, Höhenlage und Temperatur ab.

Vollreife Kirschen können gelb, rot oder beinahe schwarz sein.

Entscheidend sind deshalb der Reifezustand, die weichere Frucht und die Eigenschaften des konkreten Baums, nicht allein die Farbe.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollreifes Fruchtfleisch.

Eine ausgereifte Süßkirsche wird frisch ohne Zubereitung gegessen.

Ihr saftiges Fruchtfleisch ist gewöhnlich süß und umgibt einen einzigen harten Stein.

Saubere reife Kirschen können ohne Feuer natürlich getrocknet werden.

Dabei müssen Gärung und Schimmel ausgeschlossen werden.

Blätter, Fruchtstiele, Zweige und Samen sind keine geeignete rohe Nahrung.

Besonders wichtig ist es, die harten Steine weder zu knacken noch mit dem Fruchtfleisch zu zermahlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien wachsen weitere Prunus-Arten: unter anderem verwilderte Kirschpflaumen, Sauerkirschen und heimische Wildkirschen.

Die Unterschiede umfassen Länge der Fruchtstiele, Stellung der Blütengruppen, Drüsen am Blattstiel sowie Größe und Farbe reifer Früchte.

Nicht jeder Baum mit kirschähnlichen Früchten ist eine Süßkirsche.

Calflora warnt ausdrücklich davor, Samen, Blätter und Stängel dieser Art zu essen.

Für die Bestimmung werden Merkmale von Zweigen, Blättern, Blüten und ausgereiften Früchten gemeinsam betrachtet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9204
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prunus+avium

Kirschpflaume — weiße Frühjahrsblüten und kleine Sommerpflaumen · Prunus cerasifera

Prunus cerasifera

Zu Beginn des Frühjahrs stehen manche kalifornischen Bäume voller weißer Blüten, noch bevor ihre Blätter ganz entfaltet sind.



Prunus cerasifera mit weißen Frühlingsblüten, grünen oder purpurroten Blättern und kleinen glattschaligen gelbroten Pflaumen

FotoosVanRobin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Im Sommer tragen ihre Zweige kleine runde gelbe oder rote Pflaumen.

Das ist Prunus cerasifera, die Kirschpflaume, auch Myrobalane genannt.

Der eingeführte Baum wird häufig als Ziergehölz gepflanzt, wächst gelegentlich aber auch außerhalb von Gärten.



Prunus cerasifera mit weißen Frühlingsblüten, grünen oder purpurroten Blättern und kleinen glattschaligen gelbroten Pflaumen

Wouter Hagens · Public domain · Wikimedia Commons

Das vollreife Fruchtfleisch kann ohne Feuer gegessen werden.

Steine, Blätter und junge Zweige können dagegen Substanzen enthalten, aus denen Cyanid freigesetzt wird.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Kirschpflaume ist ein sommergrüner Baum, gewöhnlich drei bis sieben Meter hoch, gelegentlich höher.

Die Krone ist rundlich bis breit ausladend.

Einige Sorten besitzen dunkelrote oder purpurfarbene Blätter, andere gewöhnlich grünes Laub.

Die Borke ist graubraun. Junge Zweige sind dünn und bilden manchmal kurze Seitentriebe.

Die Blätter stehen einzeln und wechselständig.

Sie sind oval bis eiförmig, besitzen eine zugespitzte Spitze und einen fein gezähnten Rand.

Sie sind deutlich kleiner als die großen Blätter eines Feigenbaums.

Die Blüten erscheinen sehr früh, oft einzeln oder zu wenigen an kurzen Zweigen.

Jede besitzt fünf rundliche weiße Kronblätter und zahlreiche gelbe Staubblätter.

Bei rotblättrigen Ziersorten können die Blüten etwas rosa sein.

Nach der Blüte entwickeln sich grüne runde Steinfrüchte.

Sie sehen wie kleine Pflaumen aus, sind gewöhnlich zwei bis drei Zentimeter breit und besitzen eine glatte Schale.

Beim Reifen färbt sich diese gelb, rot oder purpurn.

Im Inneren liegt ein einzelner harter Stein.

Das Fruchtfleisch wird mit zunehmender Reife von stark sauer allmählich süßer.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Prunus cerasifera als nicht heimische Art mit begrenztem invasivem Potenzial.

Beobachtungen stammen aus vielen Countys, darunter Sacramento, Sutter, Butte, Placer, Marin und Santa Clara.

Oft handelt es sich um Bäume alter Gärten, Siedlungsränder, aufgegebener Gehöfte, kleiner Straßen und Wasserläufe.

Ein großer Teil der fruchtenden Stadtbäume kann aus früheren Pflanzungen hervorgegangen sein.

Im Sacramento Valley erträgt die Kirschpflaume heiße Sommer, solange genügend Wasser verfügbar ist.

Ohne Feuchtigkeit bildet sie auf trockenen Grasflächen keine allgegenwärtigen Dickichte.

Ziersorten tragen manchmal nur wenige oder gar keine Früchte.

Purpurfarbenes Laub allein beweist also keinen späteren essbaren Fruchtertrag.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In der tief gelegenen Central Valley findet die Blüte häufig im Februar und März statt.

In kühleren Gegenden liegt sie eher im März oder April.

Die Blätter entfalten sich kurz nach den Blüten.

Im Frühjahr entstehen zunächst kleine grüne Früchte.

Sie wachsen mehrere Monate lang und reifen im warmen Kalifornien häufig von Juni bis August, an kühleren Standorten manchmal später.

Größe und Reifetermin hängen stark von der Sorte ab.

Im September und Oktober verlieren viele Bäume allmählich ihre Blätter.

Winterliche Zweige liefern keine frische Fruchtnahrung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Prunus cerasifera.

Ist die Frucht weich und etwas süß, kann die Fruchtmasse frisch gegessen werden, nachdem der harte Stein entfernt wurde.

Manche Bäume tragen sehr kleine saure Früchte. Sie müssen nicht so süß wie gekaufte Pflaumen sein.

Frisch kalt zerdrücktes Fruchtfleisch.

Die Schale und weiche Fruchtmasse können ohne Zubereitung zerdrückt werden.

Nach einer Verletzung der Schale verderben reife Früchte rasch.

Für das natürliche Trocknen wären passende Bedingungen und die Entfernung des Steins erforderlich.

Dieser Artikel stellt kleine wilde Pflaumen daher nicht als garantiert haltbaren Reisevorrat dar.

Steine dürfen nicht gegessen, zerbissen oder zusammen mit dem Fruchtfleisch zerkleinert werden.

Samen von Pflaumen und anderen Prunus-Arten enthalten möglicherweise cyanogene Glykoside.

Calflora warnt ausdrücklich davor, Samen, Blätter und Stängel von Prunus cerasifera zu essen.

Dass das reife Fruchtfleisch essbar ist, bedeutet nicht, dass die gesamte Steinfrucht bedenkenlos gekaut werden darf.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Andere Prunus-Arten können in Blüte und Blattbau ähnlich aussehen, darunter Hauspflaume, Schlehe, verschiedene Kirschen und Gartenhybriden.

Nicht jeder im Frühjahr weiß blühende Baum ist eine Kirschpflaume.

Für die Bestimmung sind die Fruchtform, ein großer einzelner Stein, gezähnte Blätter, die frühe Blüte und der gesamte Wuchs entscheidend.

Rotblättrige Zierpflaumen bilden häufig nur wenige Früchte. Ihre hybride Herkunft kann eine genaue Artzuordnung erschweren.

Früchte von mit Chemikalien behandelten Ziergehölzen, stark belasteten Straßenrändern oder Privatgrund ohne Erlaubnis werden nicht gesammelt.

Ein unbekannter Stein darf keinesfalls geknackt werden, um den Kern zu probieren.

QUELLEN

Calflora, Prunus cerasifera, Verbreitung und Warnung vor Samen und Blättern: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6887 Calflora, Beobachtungen nach County: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6887 NC State University Extension, Prunus cerasifera, Botanik und Giftigkeit: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/prunus-cerasifera/ Plants For A Future, Prunus cerasifera, reife Früchte roh: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+cerasifera

Europäische Pflaume — süße reife Früchte und wenige rohe Blüten · Prunus domestica

Prunus domestica

In alten kalifornischen Obstgärten bleiben Fruchtbäume manchmal erhalten, selbst wenn die dazugehörigen Häuser längst verschwunden sind.



Prunus domestica mit weißen Frühlingsblüten, ovalen gezähnten Blättern und reifen bläulichvioletten oder gelben Pflaumen

Hiuppo · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr tragen ihre Zweige weiße Blüten. Im Sommer reifen daran runde oder längliche Pflaumen in vielen verschiedenen Farben.

Die Europäische Hauspflaume wird selten zu einem massenhaft wachsenden Wildbaum.

Auf aufgegebenen Pflanzflächen kann sie jedoch frische Früchte liefern, die keinerlei Erhitzen benötigen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein mittelgroßer sommergrüner Baum mit ausladender Krone.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind oval bis elliptisch und besitzen einen gezähnten Rand.

Auf der Oberseite sind sie dunkler. Die Unterseite kann etwas behaart sein.

Im Frühjahr öffnen sich auf kurzen Zweigen einzeln oder paarweise weiße Blüten mit fünf Kronblättern.

Die Früchte sind Steinfrüchte und je nach Sorte rund bis länglich.

Bei Reife können sie grün, gelb, rot, blau oder violett sein.

Oft tragen sie einen leicht bläulichen wachsartigen Belag.

In jeder Frucht liegt ein einzelner harter Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Prunus domestica ist eine eingeführte Kulturpflanze und keine heimische Pflaume der Sierra Nevada oder kalifornischer Küstenwälder.

Calflora dokumentiert einzelne Vorkommen außerhalb gepflanzter Bestände, insgesamt jedoch nur wenige Beobachtungen.

Gelegentlich findet man einen Baum in alten Gärten, nahe Wohnhäusern, an Kanälen oder auf früher landwirtschaftlich genutzten Grundstücken.

Auf privatem Grund dürfen Früchte nur mit Erlaubnis gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte fällt meist in das Frühjahr und beginnt bevor die Blätter vollständig entfaltet sind.

Reife Früchte erscheinen vom Sommer bis in den Herbst.

Frühe Sorten können bereits im Juli reifen.

Spätere Sorten folgen unter Umständen wesentlich später.

Die Farbe wird daher immer zusammen mit der weicheren Konsistenz und dem typischen Aroma der jeweiligen Sorte beurteilt.

Harte sehr saure Früchte haben ihre volle Reife oft noch nicht erreicht.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollreifes Pflaumenfruchtfleisch.

Es wird frisch ohne Erhitzen gegessen.

Auf Wunsch kann man die Schale entfernen.

Der harte Stein wird unbedingt herausgenommen und weggeworfen.

Bei gut gelungenem natürlichem Trocknen vollreifer Pflaumen entsteht eine geschmacklich konzentriertere Nahrung.

Dabei müssen die Früchte sauber bleiben und dürfen keinen Schimmel entwickeln.

Blüten.

Plants For A Future erwähnt ihren Rohverzehr als kleine essbare Dekoration von Speisen.

Viele Blüten abzureißen würde den späteren Fruchtertrag verringern.

Samenkerne, Blätter, Zweige und Rinde gehören nicht zu den empfohlenen Nahrungsteilen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

In Kalifornien gibt es die heimische Prunus subcordata und die eingeführte Kirschpflaume Prunus cerasifera.

Diese Arten unterscheiden sich in Form und Größe der Früchte, Stellung der Blüten, Trieben und Blättern.

Bei Gartenhybriden ist die genaue Bestimmung besonders schwierig.

Im Zweifel kann man die Gattung Prunus erkennen, darf aber keine genaue Art erfinden.

Calflora warnt ausdrücklich vor der Giftigkeit von Samen, Blättern und Stängeln der Europäischen Pflaume.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10269

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prunus+domestica

Süßmandel — rohe Kerne bekannter Süßsorten, giftige Bittermandeln · Prunus dulcis

Prunus dulcis

Ein kalifornischer Mandelhain ist schon gegen Ende des Winters gut erkennbar.



Prunus dulcis mit weißen bis rosa Blüten, schmalen gezähnten Blättern und aufgesprungener trockener Fruchthülle mit Mandelschale

Manfred Heyde · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Auf den noch kahlen Zweigen öffnen sich zahlreiche weiße und zartrosa Blüten.

Nach ihrer Bestäubung wachsen grüne samtige Früchte, die zunächst kaum an die bekannte trockene Mandel erinnern.

Im Sommer spaltet sich die äußere Fruchthülle und legt den harten Stein frei, in dessen Inneren der eigentliche Mandelkern liegt.

Nur bestätigte süße Nahrungssorten liefern Kerne, die roh gegessen werden dürfen.

Kerne bitterer Formen können wegen hoher Amygdalinkonzentration gefährlich sein.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein kleiner sommergrüner Baum, gewöhnlich drei bis acht Meter hoch, häufig mit einer breiten schalenförmigen Krone.

Die Borke ist graubraun. Junge Zweige sind relativ glatt.

Die wechselständigen Blätter sind schmal lanzettlich, zugespitzt und fein gesägt.

Eine deutliche Mittelader verläuft durch die Blattspreite.

Die fünfzähligen Blüten öffnen sich im frühen Frühjahr, bevor viel Laub erscheint.

Ihre Kronblätter sind weiß bis rosa; dazu stehen zahlreiche Staubblätter.

Die junge Frucht ist grün, länglich-oval und fein behaart.

Gegen Ende des Sommers trocknet ihre äußere fleischige Hülle und springt auf.

Darunter befindet sich ein harter, häufig grubiger Stein.

In diesem liegt ein größerer runzliger braunhäutiger Kern, botanisch der Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Prunus dulcis ist nicht in Kalifornien heimisch.

Die Art ist außerordentlich wichtig für die Landwirtschaft des Bundesstaates, besonders im Central Valley einschließlich Sacramento und San Joaquin Valley.

Verwilderte Sämlinge und Bäume nahe alten aufgegebenen Hainen können vorkommen.

Ein solches Exemplar darf aber nicht automatisch als süße Kultursorte betrachtet werden.

Süße und bittere Formen können äußerlich sehr ähnlich aussehen.

Außerdem kann sich ein Sämling deutlich von seinem Elternbaum unterscheiden.

Auf landwirtschaftlichem Gelände darf nicht ohne Erlaubnis geerntet werden.

Fruchthüllen können mit Pflanzenschutzmitteln in Kontakt gekommen sein.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Weiße und rosafarbene Blüten öffnen sich oft im Februar und März.

Die äußere grüne Fruchthülle wächst während des Frühjahrs und Sommers.

Gegen Ende des Sommers, meist ab August, trocknet sie aus und platzt auf.

Dann wird der ausgehärtete Stein sichtbar.

Der genaue Reifezeitpunkt hängt von Sorte und Wetter ab.

Für rohe Nahrung kommen ausschließlich gute vollreife Kerne einer bestätigten süßen Nahrungssorte infrage.

Sie müssen trocken, frei von Schimmel und nicht ranzig sein.

Ein unbekannter Baum, dessen Kerne bitter schmecken, ist keine Sammelquelle.

Die mögliche Giftigkeit darf jedoch nicht erst durch eine Geschmacksprobe geprüft werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich Kerne bestätigter süßer Sorten.

Nach natürlicher Fruchtreife wird die trockene äußere Hülle entfernt.

Dann knackt man vorsichtig den Stein und entnimmt den unbeschädigten inneren Kern.

Bei einer verlässlich bestätigten süßen Nahrungssorte kann dieser roh gegessen und gründlich gekaut werden.

Rohe süße Kerne können auch ohne Feuer mit Trinkwasser kalt zerdrückt werden, um eine Mandelaufschwemmung herzustellen.

Eine entscheidende Ausnahme sind Bittermandeln.

Sie können gefährliche Konzentrationen cyanogener Verbindungen enthalten.

Unterwegs lassen sich süße und bittere Sorten anhand von Blättern oder Blüten nicht unterscheiden.

Auch die geschmackliche Prüfung eines verdächtigen Kerns ist keine sichere Methode.

Deshalb werden Kerne unbekannter selbst ausgesäter oder verwilderter Bäume nicht empfohlen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Der Pfirsich Prunus persica besitzt ähnliche schmale Blätter und rosa Blüten.

Seine Frucht entwickelt jedoch saftiges süßes Fruchtfleisch um einen massiveren Stein.

Bei der Mandel trocknet die äußere Hülle aus und öffnet sich.

Gegessen wird ausschließlich der Kern einer bestätigten süßen Sorte.

Kalifornische wilde Mandelverwandte wie Prunus fasciculata sind keine gleichwertige Nahrungsquelle wie kultivierte Süßmandeln.

Ihre Kerne können bitter und gefährlich sein.

Die Essbarkeit gekaufter Süßmandeln darf niemals auf Samen eines beliebigen wilden Steinobstgewächses übertragen werden.

QUELLEN

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+dulcis
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140

Bitterkirsche — kleine rote Bergfrüchte und gefährliche Steinkerne · Prunus emarginata

Prunus emarginata

Auf einer Lichtung nach einem Waldbrand oder am Rand eines nordkalifornischen Waldes wächst häufig ein kleiner Baum mit dünnen grauen Zweigen.



Prunus emarginata mit dünnen grauen Zweigen, kleinen weißen Blütengruppen und leuchtend roten kleinen Steinfrüchten

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr erscheinen kleine weiße Blüten, später leuchtend rote winzige Steinfrüchte.

Das ist Prunus emarginata, die Bitterkirsche.

Das weiche Fruchtfleisch vollreifer Früchte wurde in einigen Ernährungstraditionen roh gegessen, ist aber oft so bitter, dass es vielen Menschen nicht schmeckt.



Prunus emarginata mit dünnen grauen Zweigen, kleinen weißen Blütengruppen und leuchtend roten kleinen Steinfrüchten

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Steine, Blätter und Zweige dürfen nicht verzehrt werden.

Calflora warnt ausdrücklich vor der Giftigkeit dieser Teile.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze wächst als sommergrüner Strauch oder kleiner Baum.

Sie besitzt häufig mehrere Stämme und eine dünne glatte rötlichbraune bis graue Borke.

Junge Triebe sind gerade, manchmal mit kurzen Seitentrieben.

Die wechselständigen Blätter sind oval bis länglich und am Rand fein gezähnt.

Bei manchen Blättern ist die Spitze leicht ausgerandet.

Das erklärt den wissenschaftlichen Artnamen *emarginata*, ist jedoch kein immer vorhandenes Merkmal.

Im Frühjahr erscheinen kleine weiße Blüten mit fünf Kronblättern und gelben Staubblättern in kurzen Blütengruppen.

Danach entwickeln sich kleine runde Früchte.

Sie sind zuerst grün und werden später leuchtend rot und weich.

Im Inneren jeder Steinfrucht liegt ein verhältnismäßig großer harter Stein.

Anders als bei Garten-Süßkirschen beträgt der Fruchtdurchmesser häufig nur ungefähr einen Zentimeter.

Im Herbst vergilben die Blätter und fallen ab.

Nach Beschädigungen kann der Baum zahlreiche neue Wurzelschösslinge bilden.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Prunus emarginata als heimische kalifornische Art mit mehr als zweitausend Beobachtungen.

Sie wächst in nördlichen und bergigen Countys, auch in der Sierra Nevada.

Typische Lebensräume sind lichte Waldgesellschaften, in denen nach einem umgestürzten Baum, einem Waldbrand oder Holzeinschlag ausreichend Licht einfällt.

Man findet sie außerdem auf steinigen Hängen, an Waldwegen und Lichtungen.

In der trockenen städtischen Ebene des Sacramento Valley ist sie wesentlich seltener als in den Vorgebirgswäldern.

An geeigneten Standorten stehen manchmal mehrere junge Bäume zusammen.

Zahlreiche rote Früchte bedeuten allerdings keinen wertvollen süßen Proviant: Sie schmecken sehr bitter.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Weiße Blüten erscheinen im Frühjahr, in niedrigen Vorgebirgen oft im April oder Mai, in höheren Lagen später.

Danach entstehen kleine grüne Steinfrüchte.

Im Sommer wachsen sie und werden allmählich rot.

In kühleren Bergregionen fällt die volle Fruchtreife häufig in den Juli bis September.

An wärmeren Orten kann sie früher eintreten.

Auch eine rote Frucht bleibt gelegentlich stark zusammenziehend.

Die Farbe allein beweist daher keinen angenehmen Geschmack.

Bis zum Herbst vergilbt das Laub.

Vögel können die Früchte sehr rasch fressen.

Als rohe Nahrung eignet sich nur das vollreife weiche Fruchtfleisch, nicht das Frühlingslaub und keinesfalls der Samen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich weiches Fruchtfleisch einer vollständig reifen roten Steinfrucht.

Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr von Prunus emarginata und warnt zugleich vor ausgeprägter Bitterkeit.

Die Fruchtmasse wird vorsichtig vom großen Stein getrennt.

Der Stein darf dabei weder geknackt noch zerbissen werden.

Selbst völlig reife Früchte können unangenehm schmecken.

Es gibt keinen Grund, sich zum Essen zu zwingen.

Solche Früchte sind höchstens eine seltene kleine Geschmacksergänzung, kein verlässlicher süßer Ertrag.

Steine sind strikt ausgeschlossen.

Calflora weist ausdrücklich darauf hin, dass Samen, Blätter und Stängel dieser Art nicht gegessen werden dürfen.

Steinobstarten können cyanogene Verbindungen enthalten.

Das Zerkleinern von Samen kann das Vergiftungsrisiko erhöhen.

Deshalb darf keine kalte Fruchtmasse aus ganzen Kirschen mit zerbrochenen Steinen hergestellt werden.

Ein vermeintlich mandelartiger Geschmack des Kerns ist keinesfalls eine Sicherheitsprüfung.

Harte und unreife Früchte sind ebenfalls keine rohe Nahrung.

An behandelten Straßenböschungen, chemisch behandelten Waldflächen und Stellen mit verunreinigtem Wasser wird nicht gesammelt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Prunus subcordata, die Klamath-Pflaume, bildet größere Früchte mit anders gestaltetem Fruchtfleisch.

Auch ihre weißen Blüten stehen etwas anders.

Prunus virginiana var. demissa, die gesondert beschriebene Westliche Traubenkirsche, trägt lange vielblütige Trauben und dunkle reife Fruchtstände.

Prunus emarginata bildet gewöhnlich kleinere Blütengruppen und kleine leuchtend rote bittere Steinfrüchte.

Nahe Waldsiedlungen können zudem Zier-Prunus-Arten wachsen.

Für die Bestimmung müssen Blätter, Blüten, Triebform und reife Früchte gemeinsam betrachtet werden, nicht nur eine einzelne rote Kirsche.

Unbekannte Steinkerne bleiben grundsätzlich außerhalb der Nahrung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6889
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Prunus+emarginata
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bitter_cherry_Prunus_emarginata_branch.jpg

Stechpalmenblättrige Kirsche — immergrüne Blätter und rote Chaparralfrüchte · Prunus ilicifolia

Prunus ilicifolia

In trockenen Canyons Südkaliforniens wächst ein immergrüner Strauch oder kleiner Baum mit festen, spitz gezähnten Blättern, die an Stechpalmen erinnern. Im Frühjahr erscheinen zwischen ihnen kleine weiße Blüten und später glänzende rote Kirschen.



Prunus ilicifolia mit glänzenden immergrünen stechpalmenartig gezähnten Blättern und roten runden Steinfrüchten

Z3lvs · CC0 · Wikimedia Commons

Es handelt sich um Prunus ilicifolia, die Stechpalmenblättrige Kirsche, eine heimische Pflanze des kalifornischen Chaparrals.

Bei reifen Früchten ist die dünne Fruchtfleischschicht essbar. Im Inneren liegt jedoch ein sehr großer harter Stein. Samen, Blätter und Zweige enthalten cyanogene Verbindungen und dürfen nicht roh verzehrt werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Pflanze wächst als immergrüner Strauch oder kleiner Baum, häufig zwei bis fünf Meter hoch, bei günstigen Bedingungen noch höher.



Prunus ilicifolia mit glänzenden immergrünen stechpalmenartig gezähnten Blättern und roten runden Steinfrüchten

Reinerschmitt · Public domain · Wikimedia Commons

Die Rinde ist dunkelgrau und die Zweige stehen recht dicht.

Die wechselständigen Blätter sitzen an kurzen Stielen. Sie sind dunkelgrün, lederartig und glänzend, von oval bis beinahe kreisrund.

Am Rand sitzen spitze dreieckige Zähne wie bei manchen Stechpalmenarten. Bei vorsichtiger Betrachtung ist jedoch die abwechselnde Stellung einzelner Blätter am Zweig zu erkennen.

Im Frühjahr öffnen sich kleine cremeweiße Blüten in Trauben.

Jede Blüte besitzt fünf Kronblätter und deutlich sichtbare Staubblätter.

Nach der Blüte entstehen grüne Steinfrüchte, die wachsen und sich rot färben.

Eine reife Frucht ist rund, gewöhnlich ungefähr anderthalb Zentimeter groß. Unter der dünnen rötlichen Fruchtfleischschicht liegt ein einzelner großer Stein, der den größten Teil des Fruchtvolumens einnimmt.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Prunus ilicifolia als heimische Art Kaliforniens und dokumentiert viele Beobachtungen in Los Angeles, San Diego, Riverside, Orange, San Bernardino, Santa Barbara und Monterey County.

Sie gehört zum Chaparral, zu lichten Eichenbeständen und zur Vegetation trockener Canyons.

Im Sacramento Valley ist sie in natürlichen Beständen selten. Gelegentlich wird sie jedoch in Gärten angepflanzt.

Zu den Unterarten gehören die festländische Form und die größere Inselform ssp. lyonii.

Für die Bestimmung einer natürlich vorkommenden Pflanze sind Verbreitungsgebiet und Merkmale der jeweiligen Unterart wichtig. Die Bezeichnung „kalifornische Kirsche“ auf einem Etikett aus der Baumschule reicht nicht aus.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

In Südkalifornien beginnt die Blüte häufig im April oder Mai, nach einem warmen Winter gelegentlich früher.

Die kleinen grünen Fruchtansätze wachsen allmählich und werden im Sommer rot.

Die vollreife Ernte kann in den Spätsommer und frühen Herbst fallen. Höhenlage und Niederschläge beeinflussen den Zeitpunkt.

Die grünen lederartigen Blätter bleiben das ganze Jahr sichtbar. Sie sind jedoch keine Nahrung.

In manchen Jahren trägt die Pflanze reichlich Früchte, in anderen nur sehr wenige.

Unabhängig von Fruchtgröße und Unterart bleibt der große Stein erhalten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich das Fruchtfleisch vollständig reifer roter Früchte.

Plants For A Future und botanische Unterlagen der California Native Plant Society bestätigen die Verwendung des Fruchtfleisches von Prunus ilicifolia.

Es ist dünn, herb, manchmal säuerlich-süß, und macht nur einen kleinen Teil der gesamten Frucht aus.

Das weiche rote Fruchtfleisch kann frisch gegessen werden, nachdem es vorsichtig und vollständig vom Stein getrennt wurde. Die harte Steinhülle darf dabei nicht beschädigt werden.

Ganze Früchte mitsamt den Kernen zu zerdrücken ist unzulässig.

Frisches abgelöstes Fruchtfleisch.

Aus einigen vollreifen Früchten kann eine kleine kalte Fruchtmasse hergestellt werden. Zuerst müssen jedoch sämtliche Steine vollständig entfernt sein.

Weder Samen und Samenkerne noch Blätter und junge Triebe sind Nahrung dieses Artikels.

Calflora warnt ausdrücklich vor ihrer Giftigkeit.

Traditionelle Verfahren zur Verarbeitung der Steine können aufwendige Vorbereitung und Erhitzung umfassen. Für eine Ernährung ohne Feuer werden sie deshalb vollständig ausgeschlossen.

Unreife grüne Früchte dürfen auch dann nicht wie reife rote Früchte behandelt werden, wenn Vögel daran fressen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Kalifornische Stechpalmen und andere immergrüne Sträucher besitzen ähnliche lederartige gezähnte Blätter. Ihre Blüten und Früchte unterscheiden sich jedoch.

Die Garten-Lorbeerkirsche Prunus laurocerasus gehört ebenfalls zur Gattung Prunus und besitzt giftige Blätter und Samen. Ihre Blätter sind gewöhnlich länger und die Früchte dunkler.

Echte Stechpalmen der Gattung Ilex tragen anders gebaute Blüten und Früchte; einige sind giftig.

Die Blattform allein genügt nicht.

Für die sichere Bestimmung werden weiße Blütentrauben und rote Steinfrüchte mit einem einzelnen großen Stein geprüft.

Unbekannte Kirschen dürfen weder zur Geschmacksprobe benutzt noch ihre Steinkerne zerbissen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6894
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Prunus+ilicifolia
- https://www.cnpsci.magney.org/Horticulture/Native_Trees/LandscapeTree-Prunus_ilicifolia.pdf

Pfirsich — saftige reife Sommerfrüchte ehemaliger Obstgärten · Prunus persica

Prunus persica

Im Frühjahr ist ein Pfirsichbaum auf einer alten Farm oft schon vor dem Laubaustrieb zu erkennen: Seine kahlen Zweige sind mit auffälligen rosa Blüten bedeckt.



Prunus persica mit schmalen lanzettlichen Blättern, rosa Blüten und gelbroten samtigen Pfirsichen

Yair Haklai · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Wenige Monate später hängen daran samtig behaarte gelbrote Früchte. Manche Sorten entwickeln dagegen glattschalige Nektarinen.

Beide gehören zur selben botanischen Art, Prunus persica.

Sie ist in Kalifornien nicht heimisch, kommt aber gelegentlich außerhalb alter Pflanzungen vor. Das Fruchtfleisch vollreifer Früchte kann roh und ohne jede Zubereitung gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein kleiner sommergrüner Baum, gewöhnlich drei bis sechs Meter hoch, mit einer breiten ausladenden Verzweigung.

Die Rinde junger Zweige ist glatt und rötlichbraun. An alten Stämmen wird sie dunkler und bekommt Risse.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind lang und schmal lanzettlich.

Sie besitzen eine zugespitzte Spitze und feine Randzähne. Im Vergleich zu Apfelblättern sind sie wesentlich schmaler.

Die einzeln oder paarweise an kurzen Trieben stehenden Blüten sind kräftig oder blass rosa.

Jede Blüte besitzt fünf Kronblätter und zahlreiche Staubblätter.

Die Frucht ist rund, gelegentlich leicht abgeflacht, mit einer deutlichen Längsnaht.

Ihre Schale ist gewöhnlich behaart, bei Nektarinen dagegen glatt.

Das Fruchtfleisch kann weiß, gelb oder nahe dem harten Stein rötlich sein.

Im Zentrum liegt ein einzelner fester Stein mit einer gefurchten Oberfläche.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora verzeichnet Prunus persica als nicht heimischen Baum mit ungefähr hundert Beobachtungen außerhalb von Kulturen.

Im Bundesstaat stammen Pfirsiche hauptsächlich aus Obstgärten der zentralen und südlichen Täler, aus Vororten und ehemaligen Farmen.

Einzelne Sämlinge und alte Bäume können bei verschwundenen Gebäuden und entlang früherer Wege überdauern.

In den natürlichen Wäldern der Sierra Nevada ist der Pfirsich keine typische wilde Steinobstart, sondern ein Kulturbaum oder Nachkomme einer Pflanzung.

Viele Obstbäume werden mit Pestiziden behandelt.

Ob Früchte gesammelt werden dürfen, hängt von der Belastung des Standorts und der Einwilligung des Eigentümers ab.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Sacramento Valley erscheinen die ersten rosa Blüten häufig schon am Ende des Winters oder zu Beginn des Frühjahrs, manchmal bevor die Blätter vollständig entfaltet sind.

Kleine Fruchtansätze wachsen im Frühjahr.

Bei frühen Sorten können die Pfirsiche ab Mai oder Juni reif werden, bei späten erst im September.

Ein reifer Pfirsich duftet gewöhnlich intensiver, gibt in der Nähe des Stiels etwas nach und löst sich leichter vom Zweig.

Einige Sorten behalten auch im reifen Zustand relativ festes Fruchtfleisch. Dann müssen die bekannten Reifemerkmale der Sorte gemeinsam beurteilt werden.

Heruntergefallene faule Früchte dürfen nicht gegessen werden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reifes Pfirsichfruchtfleisch.

Es wird frisch mit sauberer Schale oder nach dem Schälen gegessen.

Die Frucht wird aufgeschnitten und vorsichtig vom zentralen Stein getrennt. Gegessen wird ausschließlich das saftige Fruchtfleisch.

Die Nektarine ist keine eigenständige Art und wird auf dieselbe Weise verwendet.

Aus reifen entsteinten Früchten lässt sich ohne Erwärmen ein kaltes Fruchtpüree herstellen.

Auch natürliches Trocknen ist unter sauberen trockenen Bedingungen möglich.

Der artspezifische Nahrungsführer erwähnt zwar den Rohverzehr von Blüten, doch bei einer praktischen Ernte im Freien ist die Beschränkung auf Früchte sicherer.

Samen innerhalb des Steins, Blätter, Borke und junge Zweige können cyanogene Verbindungen enthalten und werden nicht gegessen.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Prunus americana und die heimische Prunus subcordata tragen kleinere Früchte und unterscheiden sich in Blattgestalt, Blüte und Herkunft.

Die Europäische Pflaume Prunus domestica besitzt gewöhnlich breitere Blätter; auch ihr Stein ist anders gestaltet.

Die Aprikose Prunus armeniaca kann äußerlich wie ein kleiner Pfirsich aussehen. Ihre Blätter sind jedoch breiter und fast rundlich, während Flaum und Stein andere Merkmale besitzen.

Ein rosa blühender Baum ist nicht automatisch ein Pfirsich: Zierkirschen und Mandeln tragen ebenfalls rosa Blütenblätter.

Der Stein wird niemals zerbissen oder zusammen mit dem Fruchtfleisch zermahlen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8724
- https://pfaf.org/User/plant.aspx?latinname=Prunus+persica
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Prunus_persica

Japanische Pflaume — süße Sommerfrüchte alter Obstpflanzungen · Prunus salicina

Prunus salicina

Pflaumen mit roter, gelber oder dunkelvioletter Schale stammen in Kalifornien häufig von der Japanischen Pflaume ab.



Prunus salicina mit weißen Blüten, länglich-ovalen gezähnten Blättern und großen reifen roten bis dunkelvioletten Pflaumen

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

Unter diesem Namen werden viele Sorten und Hybriden zusammengefasst, die überwiegend im Sommer reifen.

Wenn auf dem Gelände einer früheren Farm noch ein Obstbaum steht, können daran große saftige Steinfrüchte hängen, die frisch gegessen werden.

Anders als manche heimischen Wildpflaumen ist die Japanische Pflaume fast immer mit ehemaligen Kulturen verbunden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum, gewöhnlich drei bis acht Meter hoch, mit einer verzweigten Krone.

Die jungen Zweige tragen oft glatte rötlichbraune Rinde. Ältere Stämme werden grau.

Die wechselständigen Blätter sind länglich-oval, mit ausgezogener Spitze, fein gesägtem Rand und gut sichtbaren Seitenadern.

Weiße Frühlingsblüten mit fünf Kronblättern erscheinen einzeln oder in kleinen Gruppen an kurzen Zweigen, noch bevor das Laub vollständig entfaltet ist.

Die Früchte sind rund bis leicht länglich.

Je nach Sorte unterscheiden sie sich stark: Sie werden drei bis sieben Zentimeter groß, manchmal noch größer.

Die Schale ist glatt, gelegentlich mit einer dünnen Wachsschicht.

Im saftigen Fruchtfleisch liegt ein einziger harter Stein mit charakteristischen Furchen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Eine Untersuchung von UC Davis zum kalifornischen Pflaumenanbau stellt fest, dass der größte Teil der als Frischobst angebauten Pflaumen von Prunus salicina abstammt.

Die wichtigen Obstgärten lagen historisch im Central Valley, besonders im San Joaquin Valley. Einzelne Bäume werden auch weiter nördlich angebaut.

Größere sich selbst erhaltende Naturbestände der Japanischen Pflaume sind in Kalifornien nicht belegt.

Ein Baum nahe einer aufgegebenen Farm ist daher wahrscheinlich ein Rest der früheren Pflanzung oder ein Sämling daraus.

Auch ein alter fruchtender Baum auf privatem Farmgelände darf nicht ohne Erlaubnis abgeerntet werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte findet meist gegen Ende des Winters oder zu Beginn des Frühjahrs statt.

Sorte, Höhenlage und Wetter beeinflussen den genauen Zeitpunkt.

Frühe Früchte können bereits im späten Frühjahr und Frühsommer reifen.

Viele Sorten liefern ihre Ernte zwischen Juni und August.

Ausgereifte Pflaumen besitzen ihre sortentypische Farbe, ein stärkeres Aroma und etwas nachgiebiges Fruchtfleisch. Einige Sorten bleiben auch reif noch recht fest.

Bei grünschaligen Sorten kann die Reife nicht allein anhand einer Farbänderung erkannt werden.

Am selben Baum können gleichzeitig reife und unreife Früchte hängen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Prunus salicina.

Die Pflaume kann frisch mit oder ohne Schale gegessen werden.

Vorher wird der zentrale Stein vollständig entfernt.

Das Fruchtfleisch ist meist süß und sehr saftig; direkt unter der Schale kann eine angenehme Säure zu schmecken sein.

Ohne Hitze lässt sich das entsteinte Fruchtfleisch zu einer dickeren Fruchtmasse oder zu Saft zerdrücken.

Unter passenden sauberen Bedingungen können reife Fruchthälften an der Luft trocknen. Schimmel muss dabei ausgeschlossen werden.

Samen im Stein, Blätter, Rinde und Zweige gehören nicht zu einer rohen Ernährung.

Bei Mitgliedern der Gattung Prunus sind cyanogene Verbindungen bekannt.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die Europäische Hauspflaume Prunus domestica bildet häufig weniger große, etwas längliche Früchte.

Wegen der vielen Sorten ist die Unterscheidung anhand einer einzelnen Steinfrucht jedoch unzuverlässig.

Die Kirschpflaume Prunus cerasifera besitzt meist kleinere rundliche Früchte und ist auch als Zierbaum verbreitet.

Die heimische Prunus subcordata unterscheidet sich durch kleinere Blätter und Früchte und durch ein anderes natürliches Verbreitungsgebiet.

Eine zuverlässige Bestimmung berücksichtigt Blätter, Blüten, Stein und Herkunft des Baums.

Der Steinkern darf bei keiner dieser Pflaumen zerkaut werden.

QUELLEN

- https://dejong.ucdavis.edu/sites/g/files/dgvnsk8456/files/inline-files/II-56-Acta-Hort-985-Day-et-al-2013-History-of-plum.pdf
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=prunus+salicina

Späte Traubenkirsche — dunkle Sommerfrüchte mit gefährlichem Stein · Prunus serotina

Prunus serotina

An alten ländlichen Gebäuden und früheren Pflanzungen steht gelegentlich ein Baum mit glänzenden gezähnten Blättern und langen schmalen Trauben weißer Blüten.



Prunus serotina mit glänzenden gezähnten Blättern, langen hängenden weißen Blütentrauben und dunkelpurpurnen Früchten

Gmihail (Serbian Wikipedia) · CC BY-SA 3.0 rs · Wikimedia Commons

Später tragen dieselben Trauben kleine dunkle Steinfrüchte, die an winzige Kirschen erinnern.

Dies ist Prunus serotina, die Späte Traubenkirsche.

In den östlichen Wäldern Nordamerikas ist sie weit verbreitet. Außerhalb von Pflanzungen ist sie in Kalifornien jedoch ausgesprochen selten.

Das reife Fruchtfleisch kann roh gegessen werden. Der innere Stein und die grünen Pflanzenteile dürfen keinesfalls gegessen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum oder großer Strauch mit geradem Stamm, der von wenigen Metern bis auf ungefähr zwanzig Meter Höhe wachsen kann.

Die junge Rinde ist glatt und trägt waagerechte Lentizellen. An alten Stämmen wird sie dunkler und bildet kleine Schuppen.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind länglich-elliptisch, zugespitzt und am Rand fein gezähnt.

Auf der Oberseite glänzen sie. Auf der Unterseite können nahe der Hauptader helle Härchen sitzen.

Im Frühjahr entstehen lange hängende Trauben aus zahlreichen kleinen weißen fünfzähligen Blüten.

Am Ende des Sommers sitzen auf den Fruchttrauben rundliche Steinfrüchte von ungefähr sechs bis zehn Millimetern Größe.

Sie sind zunächst rot und werden dann glänzend dunkelpurpurn bis beinahe schwarz.

Jede Frucht enthält einen einzigen harten Stein.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Prunus serotina als nicht heimischen Baum und nennt nur ungefähr zwei verwilderte Beobachtungen im Bundesstaat.

In Kalifornien ist sie daher vor allem aus Gärten und botanischen Sammlungen bekannt.

Sie ist keinesfalls eine überall verfügbare Waldbeere.

Einzelne Bäume können in der Nähe alter Gehöfte oder Parks stehen. Für ihre sichere Bestimmung braucht man jedoch mehr als nur die Farbe der Frucht.

In städtischen und privaten Anlagen wird ausschließlich dort gesammelt, wo es erlaubt ist.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die langen weißen Blütentrauben erscheinen im späten Frühjahr, nachdem die Blätter bereits ausgetrieben sind.

Im Sommer wachsen die Früchte und werden zunächst rot.

Gegen Ende des Sommers und im Herbst färben sie sich fast schwarz.

An derselben Traube können Früchte verschiedener Reifestadien hängen.

Für den Rohverzehr kommen nur weiche vollständig dunkle Früchte mit unbeschädigter Haut infrage.

Grünliche oder rosafarbene Früchte sind bitter und nicht geeignet.

Vögel fressen den reifen Ertrag schnell. Ein einzelner Baum kann deshalb bald nach der Reife leer sein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reifes Fruchtfleisch.

Plants For A Future bestätigt für Prunus serotina ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte und weist darauf hin, dass ihr Geschmack süß oder etwas bitter sein kann.

Um einen einzelnen Stein liegt nur eine dünne Schicht Fruchtfleisch.

Eine Frucht kann vorsichtig zerdrückt werden, ohne den Stein zu beschädigen. Alternativ lässt sich das Fruchtfleisch essen und der Stein im Ganzen ausspucken.

Steine dürfen niemals zusammen mit der Fruchtmasse gemahlen werden.

Samen, Blätter und junge Triebe enthalten cyanogene Verbindungen.

Aus grünen Zweigen wird weder ein Getränk bereitet, noch werden sie gekaut.

Große Portionen unterwegs sind ungeeignet, wenn die Steine nicht vorher vollständig entfernt werden können.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die heimische Prunus virginiana var. demissa bildet ebenfalls lange Blüten- und Fruchttrauben mit dunklen Früchten.

Sie wächst gewöhnlich als Strauch oder kleiner Baum und unterscheidet sich in Blatt-, Blütenstands- und Fruchtmerkmalen.

Prunus emarginata trägt meist anders angeordnete Fruchtgruppen.

Bei der Garten-Süßkirsche Prunus avium stehen die Blüten in kleinen Büscheln und nicht in langen Trauben.

Eine einzelne dunkle Frucht erlaubt keine sichere Artbestimmung.

Besonders gefährlich sind bei allen Prunus-Arten beschädigte oder zerkleinerte Steine.

Die Essbarkeit des Fruchtfleisches überträgt sich niemals auf die Samen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12817
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+serotina

Klamath-Pflaume — rotgelbe reife Früchte nordkalifornischer Berge · Prunus subcordata

Prunus subcordata

In den nördlichen Vorgebirgen Kaliforniens wächst gelegentlich eine niedrige wilde Pflaume.



Prunus subcordata als kleiner nordkalifornischer Pflaumenbaum mit weißen Blüten und gelb bis roten reifen Steinfrüchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Frühjahr öffnet sie weiße Blüten, im Sommer trägt sie rötliche und gelbliche Früchte.

Es handelt sich um Prunus subcordata, die Klamath- oder Sierra-Pflaume.

Ihre Früchte sind gewöhnlich kleiner als Kulturpflaumen. Das Fruchtfleisch vollreifer Früchte kann dennoch roh gegessen werden.



Prunus subcordata als kleiner nordkalifornischer Pflaumenbaum mit weißen Blüten und gelb bis roten reifen Steinfrüchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Der große Stein bleibt gefährlich: Samenkerne von Prunus-Arten können cyanogene Verbindungen enthalten. Deshalb dürfen Steine weder geknackt noch ganze Früchte samt den Steinen zu Pulver zermahlen werden.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Die Klamath-Pflaume wächst als Strauch oder kleiner sommergrüner Baum von mehreren Metern Höhe.

Häufig bildet sie neben dem Hauptstamm Wurzelschösslinge.

Junge Zweige sind relativ dünn und können kurze spitze Seitentriebe besitzen.

Die wechselständigen Blätter sind oval, am Grund manchmal leicht herzförmig.

Sie tragen feine Randzähne und eine deutliche Mittelader.

Im Frühjahr öffnen sich weiße Blüten einzeln oder in kleinen Gruppen, oft noch bevor die Blätter vollständig entfaltet sind.

Jede Blüte besitzt fünf Kronblätter und gelbliche Staubblätter in ihrer Mitte.

Nach der Bestäubung entwickelt sich der grüne Fruchtansatz zu einer echten Steinfrucht.

Diese ist rund bis leicht oval und enthält einen einzigen großen harten Stein.

Je nach Reife wird ihre Haut gelb, rosarot oder rötlichpurpurn, gelegentlich mit einem Wachsschimmer.

Das Fruchtfleisch wird weicher und beginnt nach Pflaume zu duften.

Grüne unreife Früchte und die Blätter sind kein Zeichen für eine beginnende essbare Ernte.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Prunus subcordata als heimische Art Kaliforniens, vor allem im Norden des Bundesstaates und in Vorgebirgen.

Viele Fundmeldungen stammen aus Modoc, Shasta, Tehama und Siskiyou County.

Außerdem gibt es Beobachtungen in Countys der nördlichen Sierra Nevada und auf niedrigen Vorgebirgshängen.

Für Sacramento County sind nur vereinzelte Funde dokumentiert.

Die Klamath-Pflaume ist kein gewöhnlicher Obstbaum der städtischen Talebene.

Sie wächst auf offenen Hängen, in lichten Eichenwäldern und an Waldrändern, gelegentlich in kleinen Gruppen.

Einzelne Sorten und wilde Bestände unterscheiden sich in der Fruchtfarbe.

Rot oder Gelb allein bestimmen die Art nicht.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die weißen Blüten erscheinen im Frühjahr, gewöhnlich zwischen März und Mai, abhängig von Höhenlage und Temperatur.

Anschließend entwickeln sich feste grüne Früchte.

Im Sommer wachsen sie heran und nehmen allmählich die reife sortentypische Färbung an.

Auf kühleren Hängen kann die Ernte später reifen, manchmal erst gegen Ende August oder Anfang September.

Früchte desselben Baums reifen nicht immer gleichzeitig.

Zwischen weichen roten Früchten können noch harte grüne hängen.

Im Herbst vergilbt das Laub und fällt ab. Reife Früchte können rasch zu Boden fallen und verderben.

Zur rohen Ernährung gehört ausschließlich reifes Fruchtfleisch, nicht das Frühlingslaub.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollreifes Pflaumenfruchtfleisch.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Prunus subcordata.

Sie können sauer oder süßsauer schmecken. Manche Formen besitzen eine angenehme schwache herbe Note.

Eine weiche vollreife Frucht wird aufgeschnitten.

Das Fruchtfleisch wird frisch gegessen, nachdem der einzelne große Stein vollständig entfernt wurde.

Im Stein sitzt ein Samen, der nicht gegessen wird.

Plants For A Future warnt vor Amygdalin und Prunasin, aus denen Blausäure entstehen kann.

Auch wenn eine einzelne Quelle den Verzehr bestimmter Samen nach einer Geschmacksprüfung zulässt, ist ein solches Risiko für einen Atlas der Ernährung ohne Feuer nicht akzeptabel.

Frisch kalt zerdrücktes Fruchtfleisch.

Entsteinte reife Pflaumen können ohne Erhitzen zu einer kleinen Fruchtmasse zerdrückt werden.

Ganze Früchte mit ihren Samen dürfen dabei keinesfalls zermahlen werden.

Schimmelige, verdorbene und harte unreife Früchte werden nicht gegessen.

Blätter und Zweige gehören ebenfalls nicht zur Nahrung: Prunus-Arten können darin giftige cyanogene Verbindungen enthalten.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die bereits beschriebene Kirschpflaume Prunus cerasifera trägt ebenfalls kleine pflaumenähnliche Früchte.

Sie gehört jedoch vor allem zu Gärten und verwilderten Pflanzungen.

Prunus subcordata ist dagegen heimisch und unterscheidet sich in Blattbau, Blütentrieben und ihrem nördlichen natürlichen Verbreitungsgebiet.

Die wilde Bitterkirsche Prunus emarginata trägt kleinere, sehr bittere rote Früchte.

Ähnliche Blätter verschiedener Prunus-Arten reichen besonders vor der Blüte nicht aus, um einen Baum sicher zu bestimmen.

Benötigt werden der ganze Baum, weiße Blüten und reife Pflaumen mit einem einzigen großen Stein.

Samen unbekannter Steinobstarten dürfen nicht zu Bestimmungszwecken zerbissen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6897
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+subcordata
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6897

Westliche Traubenkirsche — herbe dunkle Früchte an Bergbächen · Prunus virginiana var. demissa

Prunus virginiana var. demissa

In kühlen kalifornischen Canyons und an den Ufern von Gebirgsbächen wächst ein kleiner Baum, der im Frühjahr Trauben weißer Blüten bildet.



Prunus virginiana var. demissa mit ovalen gezähnten Blättern und langen Trauben dunkelroter bis schwarzer Steinfrüchte

Thayne Tuason (ThayneT) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Später hängen an denselben Zweigen Gruppen kleiner dunkelroter und schließlich fast schwarzer Steinfrüchte.

Dies ist Prunus virginiana var. demissa, die Westliche Traubenkirsche, eine heimische westliche Varietät der nordamerikanischen Chokecherry.

Das Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte kann gelegentlich roh gegessen werden, obwohl es sehr herb ist. Noch wichtiger ist die Gefahr der Steinkerne: Samen, Blätter und junge Zweige können cyanogene Verbindungen enthalten.



Prunus virginiana var. demissa mit ovalen gezähnten Blättern und langen Trauben dunkelroter bis schwarzer Steinfrüchte

John Rusk · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Gewöhnlich handelt es sich um einen sommergrünen Strauch oder kleinen Baum mit mehreren Stämmen und einigen Metern Höhe.

Die Rinde ist graubraun. Auf jungen Zweigen sind kleine helle Lentizellen erkennbar.

Die wechselständigen Blätter sind oval bis länglich, besitzen feine spitze Randzähne und deutlich ausgeprägte Seitenadern.

Im Frühjahr erscheinen nach dem Beginn des Laubaustriebs längliche Trauben aus vielen kleinen weißen Blüten.

Anders als bei den einzeln stehenden Blüten mancher Wildpflaumen ist hier ein langer Blütenstand sichtbar, an dem jede Blüte ihren eigenen kurzen Stiel besitzt.

Nach der Blüte entstehen grüne runde Steinfrüchte mit jeweils einem harten Stein.

Während der Reife wechseln sie von Grün über Rot zu Dunkelburgunder oder nahezu Schwarz.

Das Fruchtfleisch wird weicher, manchmal bildet sich ein leichter Belag auf seiner Oberfläche.

Unter dem Baum liegen gelegentlich bereits verdorbene Früchte. Diese werden nicht verwendet.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Prunus virginiana var. demissa als heimische Varietät mit mehr als tausend Beobachtungen in Kalifornien.

Die meisten stammen aus Siskiyou, Shasta, Plumas, Modoc und anderen nördlichen und bergigen Countys.

Auch weiter südlich wächst sie in kühlen Canyons.

Aus Sacramento County gibt es nur einzelne Meldungen; sie ist keine gewöhnliche Traubenkirsche jedes Stadtparks.

Ihre Standorte liegen an Waldrändern, Hängen, Bächen und in lichten Nadelwaldgesellschaften, in denen der Boden Feuchtigkeit halten kann.

Nach schweren Bränden kann sie aus Wurzelschösslingen wieder austreiben.

Andere gepflanzte Prunus-Arten in Siedlungsnähe können ähnlich aussehen. Die Herkunft des Standorts ersetzt deshalb keine Artbestimmung.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Weiße Blütentrauben erscheinen im Frühjahr nach Beginn des Laubaustriebs, abhängig von der Höhe gewöhnlich von April bis Juni.

Im Frühsommer entwickeln sich zunächst feste grüne Steinfrüchte.

Sie färben sich allmählich rot und erreichen im Spätsommer oder Herbst, oft ungefähr im August und September, eine dunkle Vollreife.

In hoch gelegenen kühlen Gebieten kann dies später geschehen. Auf trockenen tieferen Hängen bleibt der Ertrag manchmal schwach.

Mit vollständiger Reife lässt die starke Herbheit oft etwas nach. Manche Früchte bleiben aber selbst fast schwarz noch scharf zusammenziehend.

Nach dem Laubfall gibt es im Winter keine frischen Früchte mehr.

Die rote Zwischenstufe ist nicht automatisch ein sicherer Reifezustand.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich das Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte.

Plants For A Future führt für Prunus virginiana den gelegentlichen Rohverzehr dunkler saftiger Früchte nach vollständiger Reife an, weist aber auf ihre meist ausgeprägte Herbheit hin.

Für die kalifornische Varietät demissa wird diese Verwendung vorsichtig auf sicher bestimmte vollreife Fruchtmasse beschränkt, die vollständig und behutsam vom Stein gelöst wurde.

Ist der Geschmack unangenehm herb, gibt es keinen Grund, die Frucht wegen ihres Status als „Wildnahrung“ zu essen.

Steine weder kauen noch zermahlen.

Calflora bezeichnet Samen, Blätter und Stängel dieser Varietät ausdrücklich als giftig.

Ein beschädigter Stein kann cyanogene Stoffe aus dem Kern freisetzen.

Traditionelle Verfahren zur Herstellung einer Paste aus ganzen Früchten konnten komplexe Verarbeitungsschritte umfassen, die nicht in diesen modernen Katalog einer Ernährung ohne Feuer passen.

Deshalb werden keine rohen Pulver aus ganzen Trauben hergestellt. Weder ganze Steine noch Samenkerne dürfen gegessen werden.

Unreife Beeren, Blätter, Wurzeln und Zweige sind ebenfalls keine sichere Nahrung dieses Artikels.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Prunus serotina, die Späte Traubenkirsche, entwickelt ebenfalls lange weiße Trauben und dunkle Steinfrüchte.

Sie unterscheidet sich in Blattmerkmalen, Drüsen an den Blattstielen und ihrem natürlichen Verbreitungsgebiet.

Prunus emarginata besitzt gewöhnlich kürzere Blütengruppen und kleine sehr bittere Früchte.

Die bereits beschriebene Kirschpflaume Prunus cerasifera trägt ihre Blüten meist einzeln oder in kleinen Gruppen und nicht in langen Trauben.

Bei der Westlichen Traubenkirsche müssen die ovalen fein gezähnten Blätter, die langen Frühlingsblütentrauben und die dunklen Früchte mit einem Stein zusammenpassen.

Keiner dieser Bäume darf durch eine Geschmacksprobe bestimmt werden, und schon gar nicht durch das Knacken eines Steinkerns.

Auch für Tiere können welke Blätter und Zweige von Prunus-Arten gefährlich sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6898
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6898
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+virginiana

Granatapfel — rote saftige Samenmäntel aus Herbstfrüchten · Punica granatum

Punica granatum

Im trockenen warmen Klima Kaliforniens kann sich ein Strauch mit schmalen glänzenden Blättern und leuchtend orangeroten Blüten gelegentlich aus einem Garten in die Umgebung ausbreiten.



Punica granatum mit glänzenden schmalen Blättern, scharlachroten Blüten und geöffneter Frucht mit rubinroten Arillen

Fanghong · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Im Herbst reifen an ihm feste runde Früchte, die mit zahlreichen rubinroten saftigen Körnern gefüllt sind.

Der Granatapfel ist nicht in Kalifornien heimisch. Einzelne verwilderte Pflanzen sind hier aber tatsächlich dokumentiert.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Strauch oder kleiner Baum, gewöhnlich zwei bis fünf Meter hoch, mit dicht verzweigten Ästen.



Punica granatum mit glänzenden schmalen Blättern, scharlachroten Blüten und geöffneter Frucht mit rubinroten Arillen

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Manche kurzen Zweige enden in einer Spitze oder einem Dorn.

Die kleinen Blätter sind glatt, glänzend und ganzrandig.

Sie stehen gegenständig oder beinahe gegenständig an den Zweigen.

Die großen Blüten erscheinen an den Enden der Triebe.

Sie besitzen einen auffällig fleischigen leuchtend roten Kelch und mehrere gefaltete scharlachrote Kronblätter.

Nach dem Abfallen der Blütenblätter wächst eine runde Frucht mit fester Schale.

An einem Ende trägt sie eine charakteristische Krone aus den verbliebenen Kelchteilen.

Innen wird die Frucht durch dünne häutige Trennwände in Kammern geteilt.

Darin sitzen zahlreiche Samen, jeder von einer saftigen Hülle umgeben.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora bestätigt Punica granatum als nicht heimischen Strauch, der in verschiedenen kalifornischen Countys beobachtet wurde, darunter Sacramento, Yolo, Los Angeles und Riverside.

Fast immer liegt der Ursprung bei Gärten, aufgegebenen Grundstücken oder Samen von Kulturfrüchten.

Der Granatapfel ist daher keine gewöhnliche Waldnahrung Kaliforniens.

Verwilderte Pflanzen sind selten und bevorzugen warme, trockene, sonnige Standorte.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter erscheinen im Frühjahr.

Die auffällige Blüte beginnt gegen Ende des Frühjahrs und dauert oft bis zum Frühsommer, manchmal länger.

Die Früchte wachsen über mehrere Monate und reifen vor allem von September bis November.

Im warmen Süden können einzelne Sorten früher beginnen.

Eine vollreife Frucht ist gewöhnlich schwer und hat ihre sortentypische Farbe.

Die Schale kann rot, rosa oder gelblich sein.

An überreifen Früchten bilden sich manchmal deutliche Risse.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Saftige Samenmäntel, die Arillen.

Im Granatapfel isst man nicht die harte Schale, sondern die roten, rosa oder durchscheinenden saftigen Hüllen um die Samen.

Sie können frisch im Ganzen gegessen werden.

Ebenso lassen sie sich ohne Erhitzen zerdrücken und für ein kaltes Getränk abseihen.

Die weichen Samen innerhalb der Arillen werden von manchen Menschen mitgekaut, andere entfernen sie.

Das ist nicht mit den giftigen Kernen von Kirschen gleichzusetzen.

Schale, weiße bitter schmeckende Trennhäute und Wurzeln sind keine gewöhnliche rohe Nahrung.

Der Säuregehalt der saftigen Körner variiert je nach Sorte.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Kein gewöhnlicher kalifornischer Beerenstrauch besitzt genau dieselbe dicke lederartige runde Schale mit einem erhaltenen Blütenkelch als Krone und vielen roten saftigen Samenhüllen in getrennten Kammern.

Die Früchte mancher Ziersträucher sehen außen wie kleine Granatäpfel aus, haben im Inneren aber einen anderen Aufbau.

Ein unbekanntes rotes Objekt darf nach dem Aufschneiden nicht sofort als Granatapfel eingestuft werden.

Blätter, Blüten und Frucht müssen gemeinsam zur Art passen.

Ein verwilderter ausgewachsener Strauch kann auf privatem Land wachsen. Die Früchte dürfen dort nur mit Erlaubnis gesammelt werden.

QUELLEN

- Calflora — Punica granatum: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6949
- Calflora — County-Beobachtungen: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6949
- UC ANR — Kultur und Ernte des Granatapfels: https://ucanr.edu/site/small-farms/pomegranates

Europäische Birne — vollreife Früchte alter Obstgärten · Pyrus communis

Pyrus communis

Auf einem ehemaligen Gartengrundstück oder neben einer alten Farm bleibt gelegentlich ein Baum mit rundlicher Krone, weißen Frühlingsblüten und typischen birnenförmigen Sommerfrüchten stehen.



Pyrus communis mit glänzenden ovalen Blättern, weißen Frühlingsblüten und reifen birnenförmigen Früchten

Prazak · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Selbst wenn der Garten längst verschwunden ist, kann der Birnbaum ohne Pflege weiter Früchte tragen.

Die Europäische Birne kam mit dem Obstbau nach Kalifornien und ist an einigen Stellen verwildert.

Das Fruchtfleisch vollständig reifer Birnen kann roh gegessen werden, auch wenn es bei Sämlingen sehr fest bleiben kann.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum, gewöhnlich fünf bis fünfzehn Meter hoch, mit geradem Stamm und dichter Krone.

Wild aufgewachsene Sämlinge bilden gelegentlich kurze dornartige Zweige.

Die einfachen wechselständigen Blätter sind beinahe kreisrund bis oval, mit zugespitzter Spitze und feinen Randzähnen.

Oberseits glänzen sie häufig.

Im Frühjahr öffnen sich an kurzen Fruchttrieben Gruppen weißer fünfzähliger Blüten.

Sie besitzen zahlreiche Staubblätter; die Staubbeutel können rosa oder dunkel gefärbt sein.

Die Frucht ist meistens birnenförmig, mit einem breiteren rundlichen Abschnitt und einer schmaleren Partie beim Stiel.

Einige Sorten tragen jedoch beinahe kugelrunde Früchte.

Im Inneren liegen mehrere Samenkammern mit dunkelbraunen Samen und einem festen Kerngehäuse.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Calflora führt Pyrus communis als nicht heimischen Baum Kaliforniens.

Einzelne Pflanzen sind außerhalb von Kulturen registriert, besonders nahe Siedlungen, alten Gärten und landwirtschaftlichen Grundstücken.

Es handelt sich nicht um einen typischen Baum natürlicher Eichenwälder oder von Wüstencanyons.

Im Sacramento Valley und den angrenzenden Vorgebirgen stehen gelegentlich vergessene Birnbäume.

Die meisten solchen Bäume gehören jedoch weiterhin privaten Eigentümern.

Einzelne Sämlinge können auch weiter vom Muttergarten entfernt wachsen, wenn Tiere Samen verbreiten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen die weißen Blüten.

Vollreife Birnen werden nach den ergänzenden Angaben des bestätigten Artenregisters vor allem im Spätsommer und Herbst verfügbar.

Der genaue Reifezeitraum unterscheidet sich zwischen den Sorten.

Einige Birnen benötigen nach der Ernte noch eine natürliche Nachreife, bevor ihr Fruchtfleisch angenehm weich und süß wird.

Für rohe Nahrung werden ausschließlich vollständig ausgereifte, unverdorbene Früchte verwendet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollreifes Fruchtfleisch.

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Pyrus communis.

Bei Kultursorten ist das Fruchtfleisch oft süß und saftig.

Bei verwilderten Sämlingen kann es grob, körnig und sehr herb bleiben.

Nach natürlicher Nachreife ohne Erhitzen kann es frisch gegessen werden.

Zuvor werden Kerngehäuse und sämtliche Samen vollständig entfernt.

Calflora warnt ausdrücklich vor dem Verzehr der Samen: Sie enthalten cyanogene Verbindungen.

Borke, Blätter, Triebe und Wurzeln gehören nicht zu den rohen Nahrungsteilen dieses Artikels.

Ein süßlicher Geruch faulender Früchte beweist nicht, dass sie noch essbar sind.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pyrus calleryana, die häufig als Ziergehölz gepflanzte Callery-Birne, entwickelt meist wesentlich kleinere Früchte und kann zahlreiche Dornen besitzen.

Sie wird oft in Städten gepflanzt und verbreitet sich ebenfalls außerhalb der Kultur.

Der Apfelbaum Malus domestica unterscheidet sich in Blattgestalt, Behaarung und Fruchtbau.

Ein junger Baum ohne Früchte kann schwer bestimmbar sein.

Auch die zahlreichen Hybriden kultivierter Birnen erschweren eine genaue Einordnung.

Selbst bei einem sicher bestimmten Birnbaum müssen eine mögliche chemische Behandlung und die Eigentumsverhältnisse geprüft werden.

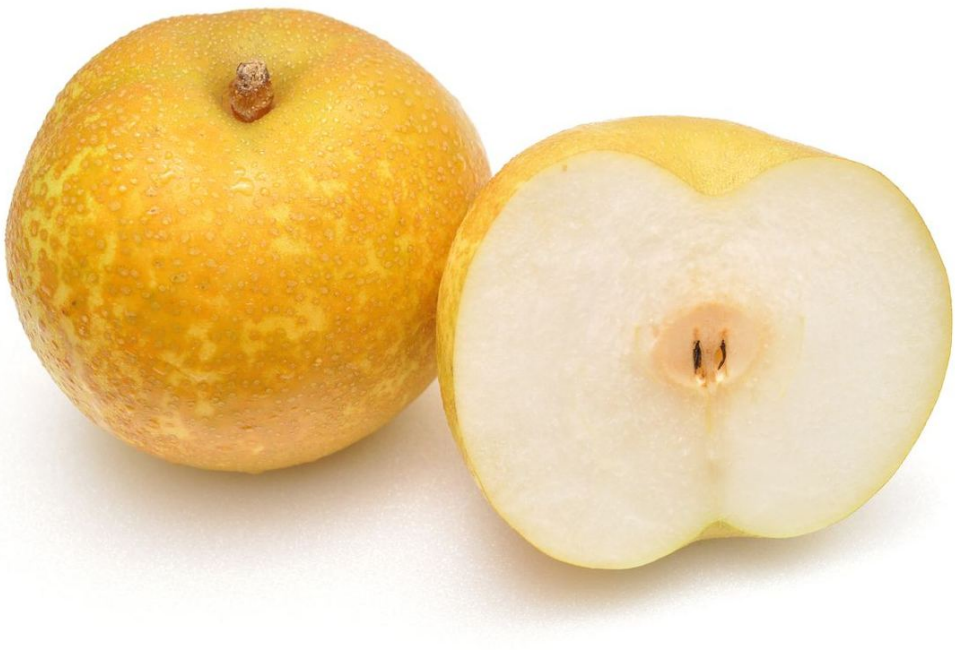
QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8729
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Pyrus+communis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pyrus_communis.jpg

Asiatische Birne — runde knackige Früchte des Spätsommers · Pyrus pyrifolia

Pyrus pyrifolia

Auf alten ländlichen Grundstücken Kaliforniens steht gelegentlich ein Baum mit glänzenden gezähnten Blättern und großen runden Früchten.



Pyrus pyrifolia mit breiten gezähnten Blättern und runden goldbraunen bis grünlichen reifen Nashi-Birnen

Ocdp · CC0 · Wikimedia Commons

Sie erinnern von außen eher an Äpfel als an längliche europäische Birnen.

Beim Aufschneiden zeigt sich jedoch eine saftige Fruchtmasse mit charakteristischen steinigen Zellen, wie sie für Birnen typisch sind.

Dies ist Pyrus pyrifolia, die Asiatische oder Nashi-Birne.

Im Sacramento Valley wird sie schon seit Langem kultiviert.

Vollreife Früchte werden roh gegessen, ohne auf eine starke Erweichung warten zu müssen.

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Ein sommergrüner Baum mit kompakter oder ausladender Krone, in Gärten meist drei bis acht Meter hoch.

Junge Zweige sind glatt und besitzen auffällige Knospen und kurze Fruchttriebe.

Die wechselständigen Blätter sind breit eiförmig, am Ende zugespitzt und am Rand fein gezähnt.

Sie besitzen eine deutliche Mittelader und Blattstiele.

Weiße Blüten mit fünf Kronblättern öffnen sich in kleinen Gruppen gleichzeitig mit oder kurz vor den Blättern.

Die Frucht ist häufig annähernd kugelrund und bei Kulturformen mehrere Zentimeter oder mehr breit.

Die Schale kann gelblich, goldbraun, grünlich oder bronzefarben sein, oft mit zahlreichen winzigen hellen Punkten.

Im Inneren liegen festes saftiges Fruchtfleisch und einige Samenkammern mit braunen Samen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Die Asiatische Birne stammt aus Ostasien und ist in Kalifornien nicht heimisch.

UC Agriculture and Natural Resources bestätigt ihre langjährige Kultur in Fresno, Tulare, Kern, Placer und Sacramento County sowie weiteren Regionen des Bundesstaats.

Es gibt keinen Beleg dafür, dass sie in kalifornischen Wäldern massenhaft verwildert wächst.

Die meisten Bäume gehören zu Obstgärten.

Gelegentlich bleiben frühere Pflanzungen erhalten. Früchte auf fremden Grundstücken dürfen dennoch nur mit Erlaubnis gesammelt werden.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte liegt gewöhnlich im Frühjahr.

In milden Gegenden des Sacramento Valley fällt sie meist in den März oder April, an kühleren Standorten später.

Die Früchte wachsen im Sommer.

Einige Sorten werden im August reif, andere erst im September oder Oktober.

Anders als viele Europäische Birnen werden Asiatische Birnen gewöhnlich knackig direkt vom Baum gegessen.

Weiches Fruchtfleisch ist für die Beurteilung der Reife also keine Voraussetzung.

Wichtiger sind die sortentypische Farbe, das Aroma, der Geschmack einer verlässlich bestimmten reifen Frucht und das leichte Lösen vom Zweig.

Stark unreife Früchte können hart und geschmacklos bleiben.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollreifes Fruchtfleisch.

Eine vollständig ausgereifte Asiatische Birne wird frisch gegessen, zusammen mit der dünnen Schale oder nach dem Schälen.

Das Fruchtfleisch ist knackig, sehr saftig, süß und besitzt eine charakteristische körnige Textur.

Die Frucht wird aufgeschnitten.

Kerngehäuse und sämtliche Samen werden vollständig entfernt.

Samen sollten nicht zerbissen werden.

Zu den Rosengewächsen gehören Arten, deren Samen cyanogene Substanzen enthalten können.

Reife gepflückte Birnen halten sich an einem kühlen Ort begrenzte Zeit.

Faulige oder stark beschädigte Früchte dürfen nicht gegessen werden.

Blätter und Borke gehören nicht zur rohen Nahrung.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Pyrus communis, die Europäische Birne, besitzt häufiger eine längliche birnenförmige Gestalt, obwohl auch von ihr runde Sorten existieren.

Äpfel können dieselbe Schalenfarbe besitzen.

Ihr Fruchtfleisch enthält jedoch gewöhnlich nicht in gleichem Maß die ausgeprägten körnig-steinharten Zellen. Auch Blätter und Knospen unterscheiden sich botanisch.

Pyrus calleryana, die Zierbirne, entwickelt viel kleinere Früchte und kann außerhalb von Pflanzungen verwildern.

Die Art darf nicht anhand einer einzelnen runden Frucht bestimmt werden.

Bei einem gefundenen Baum werden Blätter, Blüten, Fruchtgestalt und innerer Fruchtbau gemeinsam geprüft.

QUELLEN

- https://ucanr.edu/program/uc-small-farms-network/asian-pears
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/pyrus-pyrifolia/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pyrus+pyrifolia

Wilder Rettich — Frühlingsblätter, Blüten und knackige junge Schoten · Raphanus raphanistrum

Raphanus raphanistrum

Nach den Winterregen bedecken in Kalifornien manchmal dichte grüne Pflanzen offene Hänge und Wiesen.



Raphanus raphanistrum mit rauen gelappten Blättern, vierblättrigen weißlichlila Blüten und eingeschnürten grünen Schoten

Carsten Niehaus · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Darüber stehen hohe verzweigte Stängel mit weißen, gelblichen oder blasslila Blüten.

Vom Wilden Rettich ist nicht nur die junge Blattrosette essbar.

Während Blüte und Fruchtansatz entsteht ein weiteres kurzes Zeitfenster für die Nahrung: die Phase der saftigen jungen Schoten.



Raphanus raphanistrum mit rauen gelappten Blättern, vierblättrigen weißlichlila Blüten und eingeschnürten grünen Schoten

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WIE MAN DIE PFLANZE ERKENNT

Der Wilde Rettich ist eine einjährige, manchmal zweijährige Pflanze aus der Familie der Kreuzblütler.

Junge Exemplare bilden eine grundständige Rosette dunkelgrüner, etwas rauer Blätter, gewöhnlich sechs bis zwanzig Zentimeter lang.

Sie besitzen eine deutliche Mittelader, runde oder spitze Zähne und können am Rand tief gelappt sein.

Auf Blättern und unterem Stängelteil stehen manchmal einzelne steife Haare.

Später entwickelt sich ein kräftiger aufrechter Blütenstängel, der sich oben verzweigt.

Auf passendem Boden kann er ungefähr einen Meter hoch werden.

Die oberen Blätter sind kleiner und sitzen oft fast ohne Blattstiel.

Eine Blüte besitzt vier kreuzförmig angeordnete Kronblätter.

Ihre Farbe ist unterschiedlich: weiß, blassgelb oder rosa-lila. Manchmal sind violette Adern auf den Blättern sichtbar.

Nach der Blüte bilden sich schmale längliche Früchte.

Bei jungen Schoten sind die Wände fleischig und grün.

Während der Reife werden sie hart und ziehen sich zwischen den einzelnen Samen stark zusammen.

Der Fruchtkörper sieht dann wie eine Reihe aufeinanderfolgender dicker Abschnitte aus.

Das ist ein besonders wichtiges Kennzeichen erwachsener Pflanzen.

WO SIE WÄCHST UND WIE HÄUFIG SIE IST

Diese Art wurde nach Nordamerika eingeführt und hat sich in Kalifornien weit ausgebreitet.

UC Integrated Pest Management dokumentiert sie über den Großteil des Bundesstaats mit Ausnahme von Wüstenregionen, vorwiegend bis ungefähr achthundert Meter Höhe.

Sie wächst auf Feldern, in Weinbergen, an Gartenrändern, Brachen, Wegen und Weidewiesen.

Nach ausreichenden Winterregen können große offene Flächen dicht blühen.

Sonnige offene Standorte sind typischer als geschlossene Nadelwälder.

Im Sacramento Valley und anderen Tieflagen erscheint die Pflanze nach der Regenzeit besonders deutlich.

An der Küste und in kühleren Vorgebirgen kann die Blüte länger anhalten.

WANN DIE ESSBAREN TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Blätter.

Die ersten Rosetten wachsen mit der Winterfeuchte, in Tieflagen gewöhnlich vom späten Herbst bis zum Frühjahr, in kälteren Regionen entsprechend später.

Blüten.

In kalifornischen botanischen Beschreibungen liegt die Hauptblüte ungefähr zwischen April und Juli. Nach einem warmen Winter kann sie früher beginnen.

Grüne Schoten.

Sie wachsen nach der Bestäubung vom Frühjahr bis in den Sommer hinein.

Zur Nahrung eignen sich ausschließlich sehr junge weiche Früchte.

Mit der Reife werden die Schoten rasch faserig und hart.

Samen.

Sie reifen nach dem Trocknen der Schoten, meist gegen Ende des Frühjahrs und im Sommer, je nach Klima.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter.

Frische Rosetten besitzen einen leicht scharfen Senf- und Rettichgeschmack.

Die jungen Blätter wurden roh gegessen, zerkleinert und unter andere frische Kräuter gemischt.

Altes Laub wird gröber und zunehmend bitter.

Blüten.

Kronblätter und ganze saubere Blüten können frisch gegessen werden.

Sie sind eine kleine saisonale Ergänzung mit milder Schärfe.

Junge Früchte.

Solange die Schote grün, biegsam und saftig ist, kann sie ohne Erhitzen gegessen werden.

Sie ist knackig und schmeckt nach Rettich.

Faserige, bereits verholzende Früchte gehören nicht zu dieser Nahrung.

Samen.

Die Quellen beschreiben auch den Rohverzehr kleiner Samenmengen als scharfes Gewürz nach mechanischem Zerkleinern.

Reife Samen unterscheiden sich in Festigkeit und Geschmack deutlich von den weichen grünen Schoten.

In europäischen Ernährungsbeschreibungen wird der Wilde Rettich vor allem als Frühlings-Senfgrün und Quelle würziger junger Schoten genannt.

Er benötigt für diese Anwendungen kein Feuer.

Eine kleine Menge genügt, da der Geschmack wie bei anderem rohem scharfem Kreuzblütlergrün kräftig sein kann.

WOMIT MAN SIE NICHT VERWECHSELN SOLLTE

Die nächstverwandte Pflanze ist der Gartenrettich Raphanus sativus, der ebenfalls außerhalb von Kulturen wächst.

Seine Früchte sind zwischen den Samen meist weniger deutlich eingeschnürt.

Beide Arten können sich allerdings leicht kreuzen. Hybriden zeigen Zwischenmerkmale.

Bei manchen Exemplaren ist deshalb die sichere Artzuordnung anhand einer einzigen Blüte unmöglich.

Senfarten der Gattung Brassica besitzen ebenfalls kreuzförmige Blüten und gelappte junge Blätter.

Ihre Schoten sind jedoch gewöhnlich anders gebaut und öffnen sich bei der Reife.

Der Wilde Rettich wird anhand der Kombination aus rauer Blattrosette, Blüten und ausgewachsenen gegliederten Früchten bestimmt.

Eine einzelne junge Rosette vor der Blüte reicht für eine verlässliche Bestimmung nicht aus.

QUELLEN

- UC Statewide IPM — Wild Radish: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/wild-radish/
- Plants For A Future — Raphanus raphanistrum: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Raphanus+raphanistrum
- Cornell Weed Science — Wild Radish: https://cals.cornell.edu/weed-science/weed-profiles/wild-radish

Verwilderter Gartenrettich — weißrosa Blüten und knackige grüne Schoten · Raphanus sativus

Raphanus sativus

Auf feuchten Winterfeldern und an küstennahen Wiesen Kaliforniens wachsen im Frühjahr raue grüne Blattrosetten, aus denen verzweigte Blütenstände mit weißen, rosa oder hellvioletten Blüten aufsteigen. Darunter findet man den verwilderten Gartenrettich Raphanus sativus. Er gehört zur selben Verwandtschaftsgruppe wie kultivierte Radieschen, bildet in verwilderter Form aber gewöhnlich keine gleichmäßige, runde, rote Speicherwurzel. Mehrere Teile sind ohne Erhitzen essbar, insbesondere junge Blätter und zarte grüne Schoten.



Verwilderter Raphanus sativus mit rauen gelappten Blättern, weißrosa vierzähligen Blüten und jungen grünen Schoten

Kinori · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Pflanze wächst meist ein- oder zweijährig. Am Boden sitzt eine Rosette großer, rauer Blätter mit unterschiedlich großen Lappen; der abschließende Blattlappen ist gewöhnlich größer als die seitlichen. Zur Blütezeit erhebt sich aus ihrer Mitte ein oben verzweigter Stängel, der ungefähr einen Meter oder auch höher werden kann. Junge Stängel und Blätter tragen häufig kurze, steife Haare.

Wie bei anderen Kreuzblütlern bestehen die Blüten aus vier Kronblättern. Ihre Farbe variiert zwischen Weiß, Creme, Rosa und Violett, bisweilen mit dunkleren Adern. Nach der Blüte entstehen längliche, fleischige Schoten mit einer schnabelartigen Spitze. Anders als manche Senfarten öffnen sie sich nicht mit zwei Klappen; beim Austrocknen werden sie korkig und zeigen häufig Einschnürungen zwischen den Samen. Die Gestalt der trockenen Schote ist ein wichtiges Merkmal zur Unterscheidung nah verwandter Sippen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

UC IPM beschreibt verwilderten Raphanus sativus auf Feldern, in aufgelassenen Obstgärten und Weinbergen, in Parks und auf gestörten Böden vieler Landesteile, mit Ausnahme von Wüsten und manchen Gebirgsregionen. An der kühlen Küste blüht er zusammen mit anderen Kreuzblütlern; im Central Valley hängt sein Wachstum besonders von den Winterregen und der Bodenbearbeitung ab. Ausgedehnte weißrosa Blütenfelder müssen nicht ausschließlich aus einer einzigen Art bestehen.



Verwilderter Raphanus sativus mit rauen gelappten Blättern, weißrosa vierzähligen Blüten und jungen grünen Schoten

Dennis Brown · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Besonders leicht ist die Verwechslung mit dem Wildrettich Raphanus raphanistrum. Beide kommen in Kalifornien gemeinsam vor und kreuzen sich ungehindert. UC IPM weist ausdrücklich darauf hin, dass ihre Nachkommen selbst anhand mehrerer Merkmale auf Artebene schwer zu bestimmen sein können. Bei zweifelhaften Exemplaren darf deshalb keine sichere Zuordnung zu Raphanus sativus behauptet werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Regenfällen bilden sich etwa von November bis März neue Rosetten. Bei kühlem Wetter sind die jungen Blätter saftiger und weniger zäh. An der südlichen Küste kann die Blüte schon im Winter beginnen.

Von Februar bis Juni entwickeln sich häufig die Blütenstände. Unmittelbar nach dem Verblühen wachsen grüne Schoten; am zartesten sind sie im zeitigen Frühjahr und Frühsommer. An kühlen Standorten dauert der Zyklus länger, während die Pflanze im heißen Central Valley früher vertrocknen kann.

Im Sommer verholzen ältere Schoten und die Stängel werden grob. Nach dem Herbstregen kann eine neue Generation grüner Keimlinge erscheinen: Es ist ein neuer Wachstumszyklus, nicht das Wiederergrünen eines vertrockneten Blütenstängels.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zarte junge Blätter. Plants For A Future führt sie für Raphanus sativus ausdrücklich als roh essbar. Sie schmecken scharf und sind gröber als Salatblätter. Kleine Mengen lassen sich fein schneiden oder zerreißen und mit anderem Grün mischen. Große alte Blätter sind oft unangenehm zäh.

Junge Blütenstände und Blüten. Die artspezifische Lebensmittelbeschreibung nennt auch sie für den Rohverzehr; ihr Geschmack erinnert an milden Rettich. Das Zeitfenster ist kurz: Die Blüten sind bereits vorhanden, die Pflanze aber noch nicht ausgetrocknet.

Junge grüne Schoten. Solange sie knackig, saftig und noch nicht faserig sind, können sie roh gegessen werden. Das ist gerade bei verwilderten Pflanzen mit dünner oder verholzter Wurzel nützlich. Bei Kulturformen ist auch die rohe essbare Wurzel belegt. An einem zufällig verwilderten Exemplar ist eine große saftige Wurzel jedoch nicht zu erwarten; ohne genaue Bestimmung wird das Ausgraben der Wurzel nicht empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Raphanus raphanistrum ist sehr nah verwandt und vermischt sich häufig mit dem verwilderten Gartenrettich. Lange Schoten und Einschnürungen zwischen den Samen sagen mehr aus als die Blütenfarbe allein, doch durch die Hybridisierung bleibt eine genaue Bestimmung schwierig. Brassica rapa trägt gewöhnlich gelbe Blüten; seine Schoten sind anders gebaut und öffnen sich mit Klappen. Bei weiteren Kreuzblütlern sehen junge Blattrosetten fast gleich aus. Eine Rosette allein reicht deshalb nicht als Grundlage für eine Ernte.

Pflanzen an intensiv bewirtschafteten Feldern oder Straßenrändern werden nicht gesammelt. Rohe Kreuzblütler enthalten Senfölverbindungen; große, einseitige Portionen sind nicht ratsam. Weder Blütenfarbe noch Geschmack dürfen als Test zur Bestimmung einer unbekannten Pflanze dienen.

QUELLEN

UC IPM, Wild Radish — Raphanus raphanistrum und R. sativus, Hybridisierung und Verbreitung: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/wild-radish/ North Carolina State University Extension, Raphanus raphanistrum subsp. sativus — rohe Blüten und Schoten, Angaben zu Blättern: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/raphanus-raphanistrum-subsp-sativus/ Plants For A Future, Raphanus sativus — einzelne roh essbare Pflanzenteile: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Raphanus+sativus Calflora, Raphanus sativus — Vorkommen und Beobachtungen: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7064

Limonaden-Sumach — rote Fruchttrauben und saurer Kaltauszug · Rhus integrifolia

Rhus integrifolia

Im Chaparral Südkaliforniens wächst ein immergrüner Strauch mit rundlichen, festen Blättern und Büscheln kleiner roter Früchte. Werden die reifen Früchte leicht befeuchtet, gibt ihre Oberfläche eine ausgeprägt zitronige Säure an das Wasser ab. Es handelt sich um Rhus integrifolia, den Limonaden-Sumach oder lemonade berry. Seine reifen Früchte erinnern kaum an saftige Gartenbeeren, liefern aber einen bekannten kalten Erfrischungstrunk. Für den Naturatlas zählt gerade diese Verwendung als Lebensmittel, nicht die sonstigen Eigenschaften des Strauchs.



Rhus integrifolia mit glänzenden rundlichen immergrünen Blättern und Büscheln kleiner roter Steinfrüchte

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Art bildet gewöhnlich einen dichten, vielfach verzweigten Strauch oder kleinen Baum. Seine verholzten Äste sind reich belaubt; ältere Exemplare können beinahe undurchdringliche Bestände bilden. Die wechselständig angeordneten, lederartigen Blätter sind rundlich bis oval, mehrere Zentimeter lang, am Rand glatt oder leicht wellig gezähnt und oft an der Spitze erkennbar eingekerbt. Oberseits glänzen sie dunkelgrün, unterseits sind sie heller. Im Frühjahr erscheinen an den Triebenden Gruppen winziger heller Blüten, weißlich bis rosa. Daraus entstehen kompakte Büschel kleiner rötlicher Steinfrüchte. Deren Oberfläche kann klebrig sein und eine säuerliche, aromatische Schicht tragen. Im Inneren steckt ein harter Stein; Fruchtfleisch ist nur wenig vorhanden. Am selben Hang wächst gelegentlich Rhus ovata mit meist größeren, länglicheren und weniger deutlich gezähnten Blättern. Zur Bestimmung betrachtet man den ganzen Strauch samt Blütenständen, nicht nur eine einzelne Frucht.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora dokumentiert Rhus integrifolia vor allem in den südlichen Küsten-Countys San Diego, Orange, Los Angeles, Ventura und Santa Barbara. Der heimische Strauch bewohnt Coastal Sage Scrub und Chaparral, besonders meeresnahe Hänge und trockene Canyons. Einzelne botanische Einträge aus Sacramento County bedeuten nicht, dass die Art im Tal verbreitet vorkommt. An geeigneten südlichen Hängen können ihre Büsche zahlreich sein und dichte grüne Bestände bilden. Die Fruchternte ist daher stellenweise auffällig, aber nicht entlang der gesamten kalifornischen Küste gleichermaßen reichlich.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter bleiben ganzjährig grün. Die Blüte fällt meist auf das Ende des Winters und das Frühjahr, wenn noch Feuchtigkeit vorhanden ist. Nach der Blüte färben sich die zunächst grünlichen Steinfrüchte allmählich rot; gut ausgereifte Fruchtstände findet man vor allem im Spätsommer und Herbst. Zeitpunkt und Menge verändern sich je nach Regenjahr und Meeresnähe. Grüne oder erst schwach rosafarbene Früchte sind noch nicht genügend entwickelt. Für die Lebensmittelverwendung werden reife rote Fruchttrauben gewählt. Ein Strauch kann im Sommer völlig grün erscheinen, obwohl noch keine trinkfertigen Früchte vorhanden sind: Blattsaison und Erntezeit sind verschieden.



Rhus integrifolia mit glänzenden rundlichen immergrünen Blättern und Büscheln kleiner roter Steinfrüchte

Z3lvs · CC0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife rötliche Früchte können roh verwendet werden. Plants For A Future beschreibt ausdrücklich die äußere saure Schicht, die man ablutschen kann, während der harte Stein zurückbleibt. Es gibt wenig Fruchtfleisch; die Frucht sollte deshalb nicht vollständig zerbissen werden. Der Geschmack ist stark sauer und etwas harzig und variiert von Strauch zu Strauch.

Ein kalter „Limonaden“-Auszug ist praktischer. Saubere, reife Fruchttrauben werden in Trinkwasser gelegt, leicht zerdrückt und ungefähr 10 bis 30 Minuten ohne Erwärmen ziehen gelassen. Danach siebt man Schalen, Härchen, Fruchtfleisch und harte Steine ab. Die artspezifische Quelle weist darauf hin, dass Kochen den Geschmack übermäßig herb machen kann; in diesem Projekt wird ohnehin kein Feuer verwendet. Ein kalter Auszug setzt sauberes Wasser und frische Zubereitung voraus und sollte nicht einen ganzen heißen Tag stehen bleiben.

Steine, Rinde, Blätter und junge Triebe gelten hier nicht als essbare Teile. Angehörige der Sumachgewächse können bei empfindlichen Menschen Kontaktreaktionen auslösen. Im Zweifel verzichtet man auf den Verzehr.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die nahe verwandte Art Rhus ovata trägt meist länglich eiförmige Blätter und wächst häufiger weiter vom Ozean entfernt; ihre Verbreitungsgebiete überschneiden sich jedoch. Viel wichtiger ist die Abgrenzung von der giftigen Westlichen Gifteiche Toxicodendron diversilobum. Sie hat gewöhnlich Blätter aus drei Teilblättchen, oft mit Herbstfärbung, und ihre reifen Früchte sind weißlich statt kompakt rot. Der Pflanzensaft kann schon durch Berührung schaden. Ein unbekannter rotfrüchtiger Strauch darf nicht allein wegen oberflächlicher Ähnlichkeit als Limonaden-Sumach gesammelt werden. In geschütztem Chaparral und auf Privatgrundstücken kann die Entnahme eingeschränkt sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7090
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7090
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Rhus+integrifolia

Zucker-Sumach — rote Früchte für einen süßsauren Kaltauszug · Rhus ovata

Rhus ovata

Im trockenen Chaparral Südkaliforniens wächst ein immergrüner Strauch mit festen, glänzenden Blättern. Im Frühjahr öffnen sich an seinen Zweigspitzen winzige weißrosa Blüten, später folgen Trauben rötlicher, klebriger Früchte, als wären sie mit einem dünnen süßen Überzug versehen. Es ist Rhus ovata, der Zucker-Sumach oder sugar bush. Indigene Völker Südkaliforniens aßen seine Früchte und bereiteten daraus ohne Feuer ein herbes Getränk. Für den Rohverzehr kommen nur sicher bestimmte, reife Früchte infrage; Blätter und Triebe bleiben am Strauch.



Rhus ovata mit festen glänzenden eiförmigen Blättern und klebrigen roten Steinfrüchten in Trauben

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Dieser immergrüne Strauch oder kleine Baum trägt gewöhnlich eine dichte, rundliche Krone. Seine Äste sind ziemlich steif, junge Triebe grünlichbraun. Die einfachen, wechselständigen Blätter sind drei bis acht Zentimeter lang, dick und lederartig, meistens eiförmig, mit glattem oder leicht welligem Rand. Die Oberseite glänzt dunkelgrün. Manchmal ist die Blattfläche entlang der Mittelrippe wie ein kleines Boot gefaltet. Winzige weiße oder rosa Blüten stehen in kompakten endständigen Gruppen. Anschließend entwickeln sich runde rote Steinfrüchte von etwa sechs bis acht Millimetern Durchmesser. An reifen Früchten ist die Oberfläche klebrig, mit süßsaurem Sekret und feinen Härchen. Fruchtfleisch gibt es nur wenig, im Innern liegt ein harter Stein. Manche Sträucher tragen reichlich, andere kaum Früchte; das hängt sowohl mit dem Fortpflanzungssystem der Pflanze als auch mit dem Wetter zusammen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora verzeichnet Rhus ovata hauptsächlich in Südkalifornien: Los Angeles, Riverside, San Diego, Orange, Ventura und angrenzenden Countys. Typisch sind trockene, felsige Chaparral-Hänge und Canyons, oft etwas vom unmittelbaren Meeresufer entfernt. Im Vergleich zum küstennahen Rhus integrifolia wächst Zucker-Sumach häufiger im Inland und in den Vorbergen. Im Sacramento Valley ist er kein gewöhnlicher Wildstrauch; ein einzelner Gartenstrauch belegt noch keine natürliche Population. Im Süden kann die Art selbst während der Trockenzeit dichte grüne Gruppen bilden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die lederartigen Blätter bleiben das ganze Jahr grün. Die Blüten erscheinen überwiegend im Spätwinter und Frühjahr, ungefähr von März bis Mai, wenngleich das Wetter den Zeitraum verschieben kann. Daraus wachsen zunächst kleine grüne Früchte, die gegen Spätsommer und Herbst rot und klebriger werden. Ethnobotanische Beschreibungen der Kumeyaay nennen insbesondere die herbstliche Ernte reifer roter Früchte. Einzelne Früchte können auch nach dem Antrocknen klebrig bleiben. Für einen Kaltauszug zählt die Reifezeit der roten Fruchttrauben, nicht das Frühjahr, in dem der Strauch blüht.



Rhus ovata mit festen glänzenden eiförmigen Blättern und klebrigen roten Steinfrüchten in Trauben

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife rote Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr. Berichte über die Kumeyaay und Cahuilla beschreiben, wie die reifen Früchte gegessen und ihr süßsaurer Saft genutzt wurde. Man kann die aromatische säuerliche Schicht vorsichtig ablutschen, ohne den harten Stein zu zerbeißen. Da die Früchte klein sind, dienen sie eher als saure Ergänzung denn als üppige Beere.

Kaltes Fruchtgetränk. Reife Fruchttrauben werden in sauberem kaltem Wasser behutsam zerdrückt, etwa zehn bis dreißig Minuten stehen gelassen und anschließend abgesiebt; dabei entfernt man harte Bestandteile und Härchen. Das Ergebnis erinnert an ungesüßte Limonade. Diese Zubereitung ist in der artspezifischen Lebensmittelquelle ohne notwendiges Kochen beschrieben. Nur saubere Früchte und Trinkwasser verwenden.

Blätter, Rinde, junge Zweige und Steine gelten hier nicht als roh essbar. Sumachsaft kann die Haut reizen; Menschen mit ausgeprägter Empfindlichkeit gegenüber Sumachgewächsen sollten Kontakt vermeiden.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die verwandte Art Rhus integrifolia wächst eher küstennah und hat häufig rundlichere, leicht gezähnte Blätter. Eine wesentlich größere Gefahr geht von Toxicodendron-Arten aus, insbesondere der Westlichen Gifteiche. Toxicodendron diversilobum trägt meist dreiteilige Blätter und kleine weißliche Früchte statt roter endständiger Sumachtrauben; sein Öl kann schwere Hautentzündungen auslösen. Rhus ovata wird an einfachen lederartigen Blättern, endständigen Blütengruppen und rot behaarten Steinfrüchten erkannt. Die rote Farbe allein beweist bei keinem unbekannten Strauch Essbarkeit.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7091
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Rhus+ovata
- https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/pds/ceqa/JVR/AdminRecord/IncorporatedByReference/Appendices/Appendix-E---Cultural-Resources-Report/Wilken%202012_Ethnobotany%20of%20Baja%20California.pdf
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/rhus-ovata

Dreiblättriger Sumach — saure rote Früchte für kalte Limonade · Rhus trilobata

Rhus trilobata

An trockenen, steinigen Hängen und in Canyons Südkaliforniens wächst ein breiter niedriger Strauch mit dreiteiligen Blättern. Wer ihn im Spätsommer betrachtet, entdeckt zwischen dem Laub dichte Gruppen kleiner rötlicher Früchte. Das ist Rhus trilobata, der Dreiblättrige Sumach, im Englischen skunkbush genannt. Seine reifen sauren Früchte lassen sich frisch verwenden oder in kaltem Trinkwasser zu einem limonadenartigen Getränk ausziehen. Gerade die dreiteiligen Blätter verlangen jedoch besondere Vorsicht: In der Nähe wächst die giftige Westliche Gifteiche, deren Berührung schwere Hautentzündungen verursachen kann.



Rhus trilobata als breit wachsender Strauch mit dreiteiligen Blättern und dichten kleinen roten Fruchtgruppen

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die laubabwerfende Art bildet gewöhnlich breite, ausladende Sträucher von einem halben bis anderthalb oder zwei Metern Höhe. Ältere Äste sind braun und stark verzweigt; manche ziehen sich dicht über den steinigen Boden. Die Blätter stehen wechselständig und bestehen aus drei Teilblättchen. Das mittlere ist meist größer als die beiden seitlichen; die Blattflächen sind eiförmig oder leicht gelappt und tragen einige größere Zähne oder flache Einschnitte. Zerriebene Blätter können streng und unangenehm riechen, daher der englische Name skunkbush. An einer unbekannten Pflanze ist der Geruch jedoch kein geeignetes Bestimmungsverfahren. Im Frühjahr erscheinen an den Zweigen noch vor der vollständigen Blattentfaltung kleine gelbliche oder grünliche Blütengruppen. Daraus entwickeln sich kompakte Fruchtstände kleiner, runder, roter Früchte mit einer dünnen sauren Außenschicht. Gemessen an der Frucht ist der Stein groß. Im Herbst können sich die Blätter rot oder gelb färben und fallen schließlich ab, während die verholzten Triebe zurückbleiben.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Rhus trilobata unter den heimischen Sumacharten Kaliforniens, besonders aus trockenen Chaparral-Gebieten und Pinyon-Wacholder-Wäldern. In neueren botanischen Systematiken wird die Art häufig Rhus aromatica zugeordnet; der ältere Name Rhus trilobata bleibt in Lebensmittelbeschreibungen und Bildarchiven verbreitet. Vorkommen gibt es in südlichen und östlichen Canyons, vor allem auf trockenen Felsenhängen und Kalksteinaufschlüssen. In der städtischen Ebene des Sacramento Valley ist der Strauch keine gewöhnliche Fruchtpflanze. An geeigneten südkalifornischen Hängen wächst er stellenweise in Gruppen, jedoch keineswegs überall. Lokale Formen und die seltene var. simplicifolia verdienen besondere Rücksicht; kleine Bestände sollten nicht beerntet werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Blätter erscheinen nach den Winterregen und mit der Erwärmung im Frühjahr. Die unscheinbaren gelblichen Blüten öffnen sich in warmen Lagen meist im März und April, im Gebirge später. Während des Sommers färben sich die zunächst grünen Früchte allmählich rot. Die saure Fruchthülle schmeckt bei voller Reife am ausgeprägtesten, häufig vom Spätsommer bis in den Herbst. Fruchtbüschel können noch an den Zweigen hängen, wenn das Laub bereits seine Farbe verändert; ein Teil der Früchte trocknet dann jedoch aus und verliert an Qualität. Für das Kaltgetränk werden nur frische, völlig reife rote Früchte verwendet, keine unbekannten grünen Fruchtansätze.



Rhus trilobata als breit wachsender Strauch mit dreiteiligen Blättern und dichten kleinen roten Fruchtgruppen

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife saure äußere Fruchtschicht. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr. Das Fruchtfleisch bildet nur eine dünne Schicht und schmeckt deutlich sauer; den großen Stein darf man nicht zerbeißen. Kleine Mengen sauberer, reifer Früchte können als saure Ergänzung dienen. Wegen des geringen Fruchtfleischanteils eignet sich jedoch ein kalter Fruchtauszug besser.

Kalte „Limonade“. Die artspezifische Quelle beschreibt das Einweichen der Früchte für 10 bis 30 Minuten in kaltem oder warmem Wasser und warnt, dass Kochen den Auszug herber macht. Für die Zubereitung ohne Feuer braucht man ausschließlich Trinkwasser, sauberes Geschirr, leichtes Zerdrücken und anschließendes Abseihen von Steinen und Schalen. Das Getränk darf bei Hitze nicht lange aufbewahrt werden. Verholzte Blätter und Rinde gehören nicht zu den hier empfohlenen Nahrungsmitteln.

Verwendung als Lebensmittel. Verschiedene indigene Völker des nordamerikanischen Südwestens nutzten die kleinen roten Früchte, unter anderem für ein saures Erfrischungsgetränk. Einige Berichte nennen auch das Trocknen für eine spätere Verwendung. Hier werden nur Verfahren ohne Feuer beschrieben.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Besonders gefährlich ist die Ähnlichkeit mit der Westlichen Gifteiche Toxicodendron diversilobum, die ebenfalls drei Teilblättchen trägt. Die Gifteiche besitzt jedoch einen anderen Wuchs, oft stärker glänzende Blätter und helle weißlichgrüne reife Früchte statt kompakter roter Sumachbüschel. Ihr Pflanzensaft kann schon durch Hautkontakt schaden, ganz unabhängig von einer möglichen Nahrungsaufnahme. Rhus ovata, der Zucker-Sumach, besitzt einfache ganzrandige Blätter, ebenso Rhus integrifolia, der Limonaden-Sumach. Vor einer Ernte müssen zugleich die ausgewachsenen dreiteiligen Blätter und die reifen roten Fruchtgruppen sicher erkennbar sein. Niemals eine Pflanze anfassen, nur um ihren Geruch zu prüfen.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rhus+Trilobata
- https://www.calflora.org/app/ipl?vrid=gr5120
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Rhus_trilobata

Kalifornische Bitter-Stachelbeere — violette Beeren mit Drüsenborsten · Ribes amarum

Ribes amarum

An einem schattigen Hang im Eichenwald Südkaliforniens fällt im Frühjahr ein dorniger Strauch mit rundlichen gelappten Blättern und ungewöhnlichen purpurroten Blüten auf. Im Sommer trägt er kugelige dunkle Beeren, die mit langen drüsigen Borsten besetzt sind. Diese kalifornische heimische Art heißt Ribes amarum, Bitter-Stachelbeere. Trotz ihres Namens bezeichnet die Flora of North America ihre reifen Beeren als essbar. Zum Rohverzehr müssen die reizenden Borsten jedoch vollständig entfernt werden.

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird etwa ein bis zwei Meter hoch und hat aufrechte oder leicht ausladende Triebe. An den Knoten stehen oft zwei bis drei scharfe Dornen; zwischen den Knoten sind gewöhnlich keine zahlreichen zusätzlichen Stacheln vorhanden. Junge Zweige sind behaart, bisweilen drüsig und klebrig. Die rundlichen Blätter haben eine herzförmige Basis, drei bis fünf flache Lappen und gerundete Zähne. Die Blüten hängen einzeln oder paarweise. Sie besitzen eine rötliche Röhre und lange dunkelpurpurne, zurückgebogene Kelchblätter; im Inneren sitzen kleine hellere Kronblätter. Reife Beeren sind rund, ungefähr 1,5 bis 2 Zentimeter groß, purpurfarben und dicht mit steifen Drüsenborsten bedeckt.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora ordnet Ribes amarum als kalifornischen Endemiten mit mehreren Hundert Beobachtungen ein. Die Art wächst in kühlen schattigen Canyons, Eichenwäldern, im Chaparral und in Kiefernwäldern Zentral- und Südkaliforniens, von der Gegend um San Diego bis Monterey und in Teilen der zentralen Sierra Nevada. Sie ist keine gewöhnliche Stachelbeere der städtischen Ebene von Sacramento. Manche eng begrenzte Formen, etwa die historische var. hoffmannii, genießen besondere botanische Aufmerksamkeit. Die Früchte kleiner oder seltener Bestände sollten daher nicht massenhaft gepflückt werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen entwickeln sich die Blätter; in tieferen Lagen manchmal schon im Januar oder Februar. Die Blüte reicht vom Spätwinter bis ins Frühjahr, gewöhnlich von Februar bis April. Danach wachsen die Beeren im Frühjahr heran und reifen im Sommer, an kühleren höher gelegenen Standorten manchmal erst um Juli. Unreife grüne Beeren sind hart, reife dunkle Früchte werden weicher. Nach einem trockenen Sommer kann der Strauch einen Teil des Laubs verlieren.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich das Fruchtfleisch vollständig reifer Beeren. Die Flora of North America nennt reife Beeren von Ribes amarum ausdrücklich essbar, obwohl der Artname auf die Bitterkeit mancher Früchte hinweist. Das Fruchtfleisch kann säuerlich und herb schmecken und enthält mehrere kleine Samen. Die äußeren Drüsenborsten sind für Zunge und Rachen unangenehm. Am besten schneidet man eine Beere auf und nimmt nur das saubere weiche Innere heraus, ohne die behaarte Schale mitzunehmen. Alternativ kann man das Fruchtfleisch vorsichtig durch ein feines Sieb streichen. Lassen sich die Borsten nicht zuverlässig entfernen, wird die Beere nicht gegessen. Blüten, dornige Zweige, Blätter und Wurzeln gehören nicht zur hier beschriebenen Rohkost.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes roezlii ist eine weitere heimische dornige Stachelbeere kalifornischer Wälder, unterscheidet sich jedoch in Blatt-, Blüten- und Fruchtmerkmalen. Ribes speciosum erkennt man an langen roten röhrenförmigen Blüten, die an Fuchsien erinnern. Ribes indecorum hat dagegen keine Dornen an den Knoten und trägt weiße Blüten. Zur Bestimmung der Bitter-Stachelbeere gehören gemeinsam die purpurfarbenen Kelchblätter, die große drüsenborstige Beere und die Dornen an den Knoten. Die Rohverzehrbarkeit einer Stachelbeerart darf nicht auf jede unbestimmte Beere übertragen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7099
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001135586
- https://www.fs.usda.gov/psw/publications/documents/psw_gtr099/psw_gtr099b.pdf

Gold-Johannisbeere — gelbe Frühlingsblüten und reife Sommerbeeren · Ribes aureum

Ribes aureum

Im Vorgebirge und entlang mancher kalifornischer Bäche wächst ein laubabwerfender Strauch, der im Frühjahr besonders auffällt: An seinen Zweigen hängen kleine Trauben goldgelber Blüten. Später entstehen daraus runde Beeren, die keineswegs immer gelb sind. Völlig reife Früchte können orange, rot, braun oder nahezu schwarz sein. Dies ist Ribes aureum, die Gold-Johannisbeere, eine im westlichen Nordamerika heimische Art. Ihre ausgereiften Beeren werden frisch und ohne Erhitzung gegessen.



Ribes aureum mit goldgelben hängenden Frühlingsblüten, dreilappigen Blättern und runden reifen Beeren verschiedener Farben

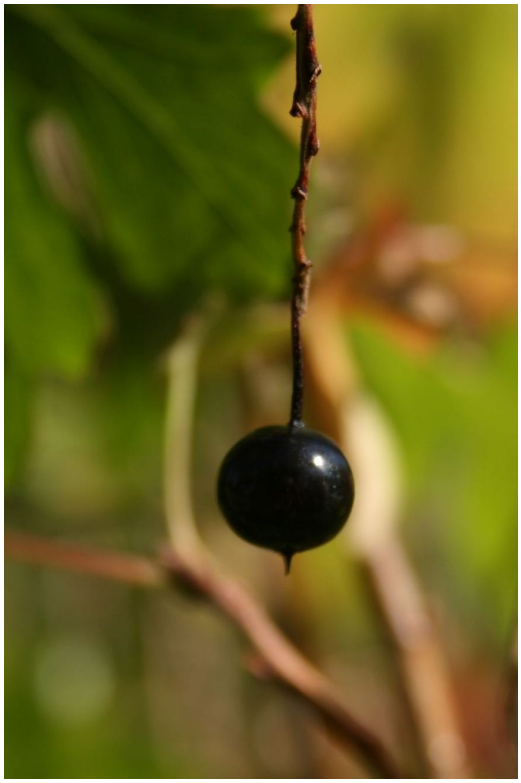
Denis.prévôt · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der aufrechte mehrjährige Strauch erreicht gewöhnlich eine Höhe von anderthalb bis drei Metern. Anders als viele wild wachsende Stachelbeeren besitzt er normalerweise keine auffälligen Dornen. Die Triebe sind graubraun; an älteren Zweigen wird die Rinde rauer. Neue Stängel können von der Basis aus nachwachsen, sodass kleine Strauchgruppen entstehen.

Die Blätter sitzen einzeln und wechselständig an Stielen, nicht paarweise. Die rundliche Blattspreite ist in drei, manchmal fünf flache Lappen gegliedert. Vom Blattansatz strahlen deutliche Adern aus, der Rand ist unterschiedlich stark gezähnt. Im Frühjahr sind junge Blätter hellgrün; zum Saisonende vergilben sie und fallen ab.

Die Blüten hängen zu mehreren in kleinen Trauben. Sie tragen eine längliche, röhrige Kelchstruktur mit gelben Kelchblättern und kleinen Kronblättern. Häufig verströmen sie einen angenehm würzigen Duft. Allmählich kann ihre Farbe von Gelb zu Orange oder Rötlich wechseln. An ihrer Stelle entwickeln sich glatte runde Beeren von meist etwa einem halben bis einem Zentimeter Größe, an deren Spitze ein Blütenrest erkennbar bleibt. Selbst am selben Strauch können die Früchte unterschiedlich gefärbt sein.



Ribes aureum mit goldgelben hängenden Frühlingsblüten, dreilappigen Blättern und runden reifen Beeren verschiedener Farben

Sten (Sten Porse) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes aureum als heimische kalifornische Art, vor allem an Bachufern, in Eichenwäldern der Vorberge und in geeigneten Lebensräumen mit ausreichender Frühlingsfeuchtigkeit. Sie ist nicht in jedem County gleich häufig. An einem feuchten Ufer können mehrere Sträucher zusammen vorkommen, auf einer ausgetrockneten offenen Ebene dagegen deutlich seltener.

Rund um Sacramento kommen besonders die Vorberge der Sierra Nevada, lichte Eichenbestände und Auen mit kleineren Wasserläufen infrage. Die University of California Master Gardeners of Placer County beschreiben die Art ausdrücklich als für das regionale Klima geeignete Pflanze. Ein kultivierter Gartenstrauch beweist jedoch nicht, dass es genau an diesem Ort auch eine wilde Population gibt. Nicht jede Johannisbeere im Park ist automatisch Teil der natürlichen Flora.

In Kalifornien kommt außerdem Ribes aureum var. gracillimum vor, besonders im Süden des Bundesstaates. Ihre Beeren können orange oder rötlich statt schwarz werden. Die Fruchtfarbe allein genügt somit nicht zur Bestimmung.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit dem feuchten Frühjahr wachsen frische hellgrüne Blätter. In warmen kalifornischen Lagen beginnt die Blüte mitunter schon im Winter oder frühen Frühjahr. In kühleren Vorbergen erscheinen auffällige gelbe Blüten gewöhnlich von März bis Mai. Die genauen Zeiten hängen stark von Höhenlage und Feuchtigkeit ab.

Nach der Bestäubung bilden sich kleine grüne Beeren. Im Sommer, ungefähr von Juni bis August, werden sie weich und reif; in manchen kühleren Regionen verschiebt sich der Zeitraum. Gegen Spätsommer und Herbst verliert der Strauch allmählich sein Laub. Natürlich getrocknete, erhalten gebliebene Beeren können auch nach der kurzen sommerlichen Reifezeit verwendet werden.

Blätter verbleiben viele Monate am Strauch, Blüten erscheinen nur wenige Frühlingswochen, und roh essbare Beeren gibt es erst nach vollständiger Reife. Diese drei Zeiträume sind nicht zu verwechseln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Für ihre Früchte ist die Gold-Johannisbeere als Nahrungspflanze bekannt. Der Natural Resources Conservation Service des USDA erklärt ausdrücklich, dass vollkommen reife Beeren von Ribes aureum direkt vom Strauch gegessen werden können. Damit ist der Rohverzehr artspezifisch belegt. Der Geschmack variiert: Manche Sträucher tragen süße, angenehme Früchte, andere deutlich säuerliche. Den Reifegrad erkennt man nicht nur an der Farbe, sondern auch an der Weichheit.

Frisch zerdrückte Beeren. Sie lassen sich ganz essen, mit den Fingern zerdrücken oder ohne Erhitzen mit anderen Früchten mischen. Die kleinen Samen bleiben im Inneren. Die Erntemenge variiert nach Strauch und Jahr: Einige tragen reichlich, andere fast nichts.

Natürlich getrocknete Beeren. Am besten belegt ist der Verzehr frisch gereifter Früchte. Trocknung ohne Feuer ist eine mögliche Form der Aufbewahrung. Sie wird hier aber nicht ohne unmittelbaren Nachweis für gerade Ribes aureum als besondere Tradition eines bestimmten kalifornischen Volkes ausgegeben.

Junge Blätter, Blüten, Wurzeln und Stängel gehören nicht zur Liste der rohen Nahrungsmittel. Sie helfen zwar bei der Bestimmung; die nachgewiesene Essbarkeit reifer Beeren bestätigt aber nicht die Eignung aller übrigen Teile.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Auch andere Ribes-Arten wachsen in Kalifornien. Bei einigen Stachelbeeren tragen die Zweige Dornen und die Früchte Härchen oder Borsten. Ribes aureum besitzt gewöhnlich dornenlose Triebe und glatte Beeren. Die Chaparral-Johannisbeere Ribes malvaceum blüht rosa, hat eine andere Blütezeit und unterscheidet sich in Blattform und Behaarung. Eine rote oder dunkle Beere reicht nicht aus, um einen Strauch Gold-Johannisbeere zu nennen. Hinzukommen müssen die gelben Frühlingsblüten, die charakteristischen dreilappigen Blätter und die Anordnung der Früchte.

In der Nähe von Gärten können Ziersorten von Ribes mit gelben Blüten vorkommen. Die genaue Art wird vor dem Sammeln bestimmt, niemals über eine Geschmacksprobe. Sträucher auf chemisch behandelten Flächen, an stark befahrenen Straßen oder auf möglicherweise belastetem Boden eignen sich nicht für den Rohverzehr.

QUELLEN

Calflora — Ribes aureum, heimische Art und kalifornische Fundgebiete: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7102 UC Master Gardeners of Placer County — Two All-Star Currants, regionales Klima und Erscheinungsbild: https://ucanr.edu/site/uc-master-gardeners-placer-county/article/two-all-star-currants USDA NRCS — Golden Currant, Merkmale und essbare reife Früchte: https://www.nrcs.usda.gov/sites/default/files/2023-09/tree_booklet_2023_low_Res.pdf Burke Herbarium, University of Washington — Ribes aureum, Blüten und Früchte: https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Ribes+aureum

Großblättrige Johannisbeere — blau bereifte Beeren feuchter Nordküstenwälder · Ribes bracteosum

Ribes bracteosum

In schattigen Wäldern an Kaliforniens Nordküste begegnet man einem kräftigen Strauch mit ungewöhnlich großen Johannisbeerblättern. Im Frühjahr öffnen sich an langen aufrechten Trauben Dutzende kleiner, sanft orangefarbener Blüten. Gegen Ende des Sommers werden daraus kleine blauschwarze Beeren mit einem hellen Überzug. Das ist Ribes bracteosum, auf Englisch stink currant. Die reifen Früchte kann man roh essen, doch ihr Geschmack ist mehliger und eigentümlicher als der einer gewöhnlichen Garten-Schwarzen Johannisbeere. Große Portionen können Magenbeschwerden verursachen.



Ribes bracteosum mit sehr großen gelappten Blättern, langen orangefarbenen Blütentrauben und blau bereiften dunklen Beeren

Walter Siegmund (talk) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch erreicht an einem guten feuchten Standort zwei bis drei Meter Höhe und eine ähnliche Breite. Die überwiegend dornenlosen Zweige wachsen aufrecht bis weit ausladend. Die wechselständigen Blätter sind sehr groß, rundlich, mit mehreren breiten Lappen und gezähnten Rändern. Manche erreichen mehr als fünfzehn Zentimeter Durchmesser. Beim Zerreiben können sie einen starken eigenartigen Geruch entwickeln; das ist jedoch kein Merkmal zum Probieren als Nahrung. Im Frühjahr erheben sich zwischen den frischen Blättern ziemlich lange, oft aufrechte Blütentrauben mit zahlreichen kleinen orangefarbenen oder grünlichorangen Blüten und breitem Kelch. Nach der Bestäubung bilden sich kleine grüne Fruchtansätze, die langsam blau werden. Reife Beeren sind rund, etwa fünf Millimeter groß, blauschwarz und häufig deutlich wachsartig bereift. In ihrem Inneren sitzen einige kleine Samen. Das Fruchtfleisch ist ziemlich fest und manchmal mehlig. Im Herbst vergilben die großen Blätter und fallen ab.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes bracteosum als kalifornische heimische Art, allerdings mit wesentlich weniger dokumentierten Beobachtungen als gewöhnliche Vorland-Johannisbeeren. Eine kalifornische Gärtnerei für heimische Pflanzen beschreibt die natürliche Verbreitung ab Mendocino County nach Norden, besonders in kühlen, feuchten Wäldern mit Küstenmammutbäumen. Typische Vegetationszonen sind North Coastal Coniferous Forest, Redwood Forest und Mixed Evergreen Forest. Die Art bevorzugt schattige feuchte Canyons, Waldbäche und einen dicken Laubstreuhorizont. Im Sacramento Valley ist sie keine gewöhnliche Pflanze städtischer Brachen; eher findet man sie bei einer Reise an die nördliche Küste. An geeigneten Standorten kann der Strauch groß werden, ohne zwangsläufig viele essbare Früchte zu tragen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der winterlichen Feuchtigkeit entwickeln sich im Frühjahr die riesigen weichen Blätter und langen orangefarbenen Blütentrauben. Im kühlen Küstenklima kann die Blüte von April bis Juni reichen, in einem schattigen Canyon auch später als am warmen Hang. Die zunächst kleinen grünen Beeren werden gegen Ende des Sommers blau oder fast schwarz. Plants For A Future nennt den September als typische Reifezeit gemäßigter Regionen. In wärmeren Teilen Nordkaliforniens kann die Fruchtreife bereits im August einsetzen. Im Herbst fallen die Blätter ab. Einzelne späte Beeren verbleiben an den Trauben, werden aber rasch weich und verderben. Zum Rohverzehr eignen sich ausschließlich vollständig ausgereifte dunkle Früchte.



Ribes bracteosum mit sehr großen gelappten Blättern, langen orangefarbenen Blütentrauben und blau bereiften dunklen Beeren

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife blauschwarze Beeren. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Ribes bracteosum ausdrücklich. Der Geschmack erinnert schwach an Schwarze Johannisbeeren, doch das Fruchtfleisch ist mehliger und manchmal leicht bitter. An einer langen Traube können viele kleine Beeren hängen. Dennoch sollte man keine großen Mengen essen: Die artspezifische Quelle warnt vor möglichen Magenbeschwerden bei übermäßigem Verzehr. Besser bleibt man bei einer kleinen Portion völlig reifer, unbeschädigter Früchte.

Natürliche Trocknung. Die Quelle beschreibt auch die Verwendung getrockneter reifer Früchte als Vorrat, ohne dass eine Zubereitung am Feuer notwendig wäre. Das feuchte Küstenklima erschwert jedoch die natürliche Trocknung; die Beeren schimmeln leicht. Ohne trockenen, gut belüfteten Ort verzehrt man die frischen Früchte lieber am Erntetag. Überreife oder faulende Trauben sind ungeeignet.

Geschichte der Verwendung. Im nordwestlichen Nordamerika wurden diese Beeren als saisonale Ergänzung anderer Waldfrüchte gesammelt. Hier ist allein ihre Bedeutung als Nahrung relevant. Blätter, Zweige und Blüten werden ohne eigenständigen artspezifischen Nachweis nicht als rohe Nahrungsmittel dargestellt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes nevadense trägt rosarote Blütentrauben und hat in Bergwäldern meist kleinere Blätter. Bei Ribes bracteosum sind die Trauben deutlich länger und häufig orange, die Blätter können riesig werden. Ribes sanguineum blüht in leuchtend rosa Trauben und steht häufiger an offeneren Standorten. Echte Stachelbeeren haben meist Dornen an den Trieben, die dieser Johannisbeere fehlen oder bei ihr weit weniger auffallen. Für eine sichere Bestimmung müssen Blattgröße, Form der Blütentraube, Standort und reife dunkle Beeren gemeinsam passen. Niemals eine unbekannte dunkle Beere nur deshalb essen, weil sie in einer langen Traube hängt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7106
- https://www.calfloranursery.com/plants/ribes-bracteosum/
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Ribes+bracteosum

Kalifornische Stachelbeere — stachelige rote Beeren der Küstengebirge · Ribes californicum

Ribes californicum

In den Buschlandschaften der kalifornischen Küstengebirge wächst eine niedrige Stachelbeere mit gelappten Blättern, Dornen an den Zweigen und kleinen roten Früchten. Auf ihren Beeren sitzen oft kräftige Stacheln; man kann sie deshalb nicht einfach wie Johannisbeeren mit der Hand schöpfen. Das ist Ribes californicum, die Kalifornische Stachelbeere, eine heimische Art, die natürlicherweise auf Kalifornien beschränkt ist. Das Innere einer vollständig reifen Frucht ist roh essbar, die stachelige Außenschicht muss jedoch unbedingt entfernt werden.



Ribes californicum mit gelappten Blättern, Dornen an den Trieben und roten runden Früchten mit deutlich sichtbaren Stachelborsten

Tom Hilton · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird häufig einen halben bis anderthalb Meter hoch. Seine dünnen verholzten Triebe wachsen bogenförmig auseinander. In der Nähe der Blattstielansätze sitzen an den Stängeln Dornen, mitunter mehrere zusammen. Die wechselständigen Blätter sind rundlich, drei- bis fünflappig und am Rand deutlich gezähnt. Junge Triebe und Blattunterseiten tragen oft weiche Haare. Die Blüten erscheinen im Frühjahr einzeln oder in kleinen Gruppen. Sie sind meist grünlich, cremefarben oder rosa und besitzen keine auffällige große Krone. Nach der Bestäubung bilden sich ungefähr einen Zentimeter breite runde Früchte. Zunächst sind sie grün, dann färben sie sich schrittweise rot. Auf der Fruchthaut stehen einzelne bis zahlreiche lange, borstige Stacheln, die im Seitenprofil gut sichtbar sind. Innen liegt weiches Fruchtfleisch mit einigen kleinen Samen. Zur Bestimmung betrachtet man immer den gesamten Strauch: Blattform, Dornenstellung am Zweig, Blüte und vollkommen gefärbte Frucht.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bezeichnet Ribes californicum als kalifornischen Endemiten und dokumentiert die Art in Küstengebirgen, Chaparral und Eichenwäldern. Beobachtungen gibt es häufig in San Mateo, San Benito, Santa Clara, Alameda und Marin sowie in einzelnen weiter südlichen Countys. Zur Art gehören unter anderem die Varietäten var. californicum und var. hesperium, die unterschiedliche Teile ihres Verbreitungsgebiets besiedeln. Im trockenen Sacramento Valley stellt sie keine wesentliche, massenhaft vorkommende Fruchtpflanze dar. Auf Fahrten nach Westen in die Hügel der Bay Area oder in die Küstengebirge trifft man eher auf geeignete Lebensräume. An manchen Hängen stehen einzelne Sträucher statt großer Beerenbestände.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima treiben die Blätter im Winter oder nach den Regenfällen im frühen Frühjahr aus. Die kleinen Blüten erscheinen im Frühjahr, oft von März bis Mai, an kühleren Hängen später. Nach der Bestäubung wachsen kleine grüne stachelige Beeren, die allmählich rot werden. Vollreife Früchte gibt es je nach Höhe, Schatten und Feuchtigkeit gewöhnlich vom späten Frühjahr bis in den Sommer. Ein Strauch kann zugleich rote reife und noch grüne Früchte tragen. Harte grüne Beeren sind kein Ersatz für reife. Mit der Trockenzeit vergilben manche Blätter und fallen ab, und die Fruchtzeit endet rasch.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ausschließlich das Fruchtfleisch einer reifen roten Beere. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Ribes californicum ausdrücklich. Die Frucht kann säuerlich, leicht süß und eher fleischarm sein. Zunächst stellt man sicher, dass sie vollständig reif ist. Danach wird das weiche Innere sorgfältig von der Haut mit den scharfen Stacheln getrennt. Eine ganze stachelige Beere gehört niemals in den Mund: Die Borsten können Lippen und Schleimhäute verletzen.

Frisch zerdrücktes Fruchtfleisch. Mehrere sauber ausgelöste Beeren kann man kalt zerdrücken und gleich essen. Weil die Ernte oft klein ist, handelt es sich eher um einen seltenen lokalen Geschmack als um eine reichliche Nahrungsquelle. Die artspezifische Quelle beschreibt außerdem das Trocknen der Früchte. Getrocknete Vorräte dürfen jedoch keine Stacheln enthalten, die bei späterem Verzehr verletzen könnten.

Blätter, Blüten, Triebe und Wurzeln sind nicht Teil der hier empfohlenen Rohkost. Lässt sich die dornige Haut nicht vollständig entfernen, verzichtet man auf die Frucht.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes roezlii, ebenfalls im Atlas beschrieben, trägt oft größere, besonders dicht bestachelte Beeren in den Bergen der Sierra Nevada. Bei Ribes divaricatum werden die reifen Früchte gewöhnlich fast schwarz und sind glatter. Ribes speciosum besitzt lange scharlachrote, röhrenförmige Blüten sowie orange-rote borstige Früchte. Die Blüten von Ribes californicum sind unauffälliger, auch die Blätter unterscheiden sich. Eine rote stachelige Frucht allein erlaubt ohne Blüte, Zweigmerkmale und geografische Verbreitung keine sichere Zuordnung. In der Nähe kann Westliche Gifteiche wachsen, deren Blätter beim Pflücken keinesfalls mitgegriffen werden dürfen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7107
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7108
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+californicum

Wachs-Johannisbeere — rote Bergbeeren und kleine helle Blüten · Ribes cereum

Ribes cereum

An trockenen felsigen Hängen der Sierra Nevada wächst ein niedriger verzweigter Strauch mit hellgrünen gelappten Blättern. Im Sommer hängen daran runde Beeren, die sich von Grün nach Rosa oder Rot verfärben, manchmal mit leichtem Wachsüberzug. Dies ist Ribes cereum, die Wachs-Johannisbeere. Ihre Früchte sind als rohe Nahrung bekannt, besitzen aber eine ungewöhnliche Konsistenz; große Mengen können Übelkeit hervorrufen. Deshalb eignet sich die Art nur als kleine saisonale Ergänzung, nicht als Beere für große Nahrungsvorräte.



Ribes cereum als kleiner dornenloser Bergstrauch mit gelappten Blättern, hellen Blüten und rosa bis roten runden Beeren

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird gewöhnlich einen halben bis zwei Meter hoch und ist oft stark verzweigt. Die relativ dünnen Äste tragen nicht die langen festen Dornen vieler Stachelbeeren. Die kleinen wechselständigen Blätter sind rundlich, drei- bis fünflappig und weich gezähnt. Oberseits kann eine leichte Wachsschicht liegen, unterseits finden sich manchmal feine Drüsenhaare. Die Blüten stehen in kleinen Gruppen, oft in kurzen Trauben. Sie haben eine weißliche, cremefarbene oder leicht rosa Kelchröhre und kaum auffallende Kronblätter. Sie sind deutlich unauffälliger als die langen rosa Blütentrauben von Ribes nevadense. Später bilden sich kleine kugelige Beeren, häufig mit trockenen Blütenresten an der Spitze. Ihre Farbe verändert sich von Grün zu Rosa oder Rot, in manchen Populationen auch zu tiefem Purpur. Im Inneren befindet sich weiche, bisweilen geleeartige Masse mit vielen kleinen Samen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Ribes cereum als heimische kalifornische Art mit Beobachtungen aus der Sierra Nevada, aus Inyo, Mono, Placer, Plumas, Shasta und südlichen Gebirgs-Countys. Sie wächst in Gelbkiefernwäldern, Tannen- und subalpinen Wäldern, an offenen steinigen Hängen und in Wacholdergesellschaften. In großer Höhe findet man sie selbst nahe der Baumgrenze. Die städtische Ebene des Sacramento Valley ist kein gewöhnlicher Standort. Die Varietät var. cereum besitzt kalifornische Gebirgspopulationen; andere Varietäten können sich etwas in Blatt- und Fruchtmerkmalen unterscheiden. In geeigneten Wäldern stehen die Sträucher gelegentlich in kleinen Gruppen, bilden aber keinen flächigen Beerenteppich.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

In den Bergen entfalten sich die Blätter nach der Schneeschmelze im Frühjahr oder Frühsommer. Die Blüten erscheinen etwas später, häufig von Mai bis Juli, in sehr großer Höhe auch noch danach. Nach der Bestäubung wachsen grüne Fruchtansätze, die langsam Farbe bekommen. Reife Beeren gibt es meist im August und September, an sonnigen warmen Hängen manchmal früher. Manche Beeren sind schon rot, bleiben aber noch hart: Vollständige Farbe und Weichheit sind aussagekräftiger als ein bestimmtes Datum. Im Herbst vergilben die Blätter und fallen ab. An hochgelegenen kalten Hängen kann die Beerensaison sehr kurz sein.



Ribes cereum als kleiner dornenloser Bergstrauch mit gelappten Blättern, hellen Blüten und rosa bis roten runden Beeren

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr von Ribes cereum, warnt jedoch, dass der Geschmack stark zwischen fade und geschätzt schwankt und größere Mengen Übelkeit verursachen können. Daher ist allenfalls eine kleine Portion für Menschen ohne individuelle Gegenanzeigen sinnvoll, nicht ein Eimer voller Beeren. Das Fruchtfleisch kann säuerlich, mehlig-geleeartig und etwas herb sein. Reife Beeren werden frisch verzehrt und nicht mit unreifen grünen Früchten vermischt.

Blüten. Die artspezifische Quelle bestätigt auch ihren Rohverzehr und beschreibt einen milden, leicht süßen Geschmack. Sie sind klein, erscheinen im Frühjahr und liefern keinen nennenswerten Ertrag. Blätter werden zwar in einem Nahrungsmittelverzeichnis erwähnt, jedoch ohne klare Angabe zum Rohverzehr. Daher gehören Blätter, Wurzeln und Triebe nicht zur hier empfohlenen Kost.

Vollreife Beeren lassen sich auf natürliche Weise trocknen. Bei Beschwerden nach dem Verzehr sollte man auf die Früchte verzichten. In geschützten Hochgebirgsgebieten kann das Sammeln verboten sein.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes nevadense unterscheidet sich durch längere hängende rosarote Blütentrauben und meist dunkle reife Beeren. Ribes montigenum ist eine andere Gebirgs-Stachelbeere mit Dornen und teils borstigen Früchten. Die Wachs-Johannisbeere erkennt man an kleinen gelappten Blättern, dem Fehlen großer Dornen, unscheinbaren hellen Blüten und rötlichen Beeren mit Kelchresten. Ein unbekannter Strauch darf nicht allein aufgrund kleiner roter Beeren für diese Art gehalten werden. Bei mehreren Ribes-Arten am selben Weg sind eindeutige fotografische Belege besonders wichtig.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7111
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7112
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+cereum

Spreizende Stachelbeere — dunkle Beeren an dornigen Küstensträuchern · Ribes divaricatum

Ribes divaricatum

An den Rändern kalifornischer Küstenwälder wächst ein ausladender dorniger Strauch mit kleinen rundlichen Blättern. Im Frühjahr öffnen sich unscheinbare hängende Blüten, und im Sommer werden die zunächst grünen Früchte langsam rot und schließlich fast schwarz. Das ist Ribes divaricatum, die Spreizende Stachelbeere. Ihre reifen Beeren sind roh essbar. Unreife grüne Früchte, die manchmal in Kochbüchern vorkommen, wurden dagegen gewöhnlich erst nach dem Garen verwendet.



Ribes divaricatum mit bogenförmigen dornigen Trieben, kleinen gelappten Blättern und dunkelpurpurnen bis schwarzen reifen Beeren

Nadiatalent · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch hat dünne bogenförmige Zweige und wird häufig ein bis zwei Meter hoch. In Knotennähe sitzen kräftige Dornen, zwischen ihnen können weitere Stacheln vorkommen. Die gestielten, wechselständigen Blätter besitzen drei bis fünf rundliche Lappen und gezähnte Ränder; sie erinnern in ihrer Gestalt an kleine Ahornblätter. Die einzeln oder in kleinen Gruppen stehenden Blüten sind grünlich, rosa oder leicht rötlich und weniger auffällig als die einer rot blühenden Johannisbeere. Die runde Beere wird ungefähr einen Zentimeter groß und enthält mehrere kleine Samen. Zunächst ist sie grün und fest, bei fortschreitender Reife wird sie dunkelpurpur, fast schwarz, und weicher. Manche Früchte zeigen einen schwachen blaugrauen Überzug. Besonders hilfreich ist es, denselben Strauch im Frühjahr und im Sommer zu beobachten: Dornenstellung, Blüten und Früchte zusammen sind aussagekräftiger als ein einzelnes Blatt.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora behandelt Ribes divaricatum als heimischen kalifornischen Strauch, besonders typisch für Küsten-Countys wie San Mateo, Marin, Santa Cruz, Monterey und San Luis Obispo und ihre Nachbargebiete. Er wächst an Waldrändern, an Bächen, in feuchten Canyons und zwischen niedrigeren Küstensträuchern. Das heiße, trockene Sacramento Valley ist nicht sein Hauptverbreitungsgebiet. An geeigneten Orten können einzelne Büsche reichlich Früchte tragen, gewöhnlich entstehen jedoch keine kilometerlangen Dickichte wie bei der Himalaya-Brombeere. Es handelt sich um eine heimische Art, nicht um eine eigens angepflanzte Obstkultur, auch wenn verwandte Arten in Gärten wachsen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr öffnen sich Blätter und Blüten, häufig im April und Mai. Anschließend entstehen kleine grüne Beeren, die sich über mehrere Wochen vergrößern. Plants For A Future nennt etwa Juli bis August als Reifezeit. In kühlen Lagen bleiben einzelne dunkle Früchte bis zum Herbst an den Zweigen, sofern Vögel sie nicht zuvor fressen. Gegen Ende der Saison vergilbt das Laub und fällt ab. Für den Rohverzehr muss man warten, bis die Beere weich und ganz dunkel ist. Eine unreife grüne Frucht und eine reife Beere sind zwei verschiedene Verwendungsstadien.



Ribes divaricatum mit bogenförmigen dornigen Trieben, kleinen gelappten Blättern und dunkelpurpurnen bis schwarzen reifen Beeren

Nadiatalent · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife dunkle Beeren. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Ribes divaricatum ausdrücklich. Das Fruchtfleisch ist saftig und verbindet Süße mit Säure; die Haut kann säuerlicher schmecken als das Innere. Man isst die Beeren frisch oder zerdrückt sie ohne Erwärmen. Die kleinen Samen im weichen reifen Fruchtfleisch stören gewöhnlich nicht.

Kalt zerdrückte Fruchtmasse. Vollreife Beeren lassen sich zerdrücken und bald nach der Ernte essen. Bei heißem Wetter verderben beschädigte Früchte besonders schnell. Beeren mit Schimmel oder gärigem Geruch werden nicht verwendet.

Unreife grüne Beeren wurden bei dieser Art gelegentlich für spätere gekochte Speisen gesammelt. Daraus folgt nicht, dass sie ebenso gut roh essbar wären. Blätter, Blüten und Wurzeln gehören nicht zur hier empfohlenen Nahrung. Beim Sammeln schützt man die Haut vor den Dornen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes speciosum besitzt lange leuchtend rote Blüten, die kleinen Fuchsien ähneln, und rotorange, borstige Früchte. Bei Ribes divaricatum sind die Blüten weniger auffällig; die reifen Früchte werden dunkel und sind meist glatter. Die Gold-Johannisbeere Ribes aureum trägt gelbe Blüten und weniger Dornen. Mehrere Ribes-Arten lassen sich zuverlässig nur anhand von Trieben, Blättern, Blüten und reifen Früchten gemeinsam unterscheiden. Im küstennahen Chaparral wächst außerdem die giftige Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum; ihre Blätter dürfen beim Beerensammeln nicht versehentlich erfasst werden. Keine Beeren von behandelten Ziersträuchern oder nicht zugänglichen Grundstücken nehmen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7114
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Ribes+divaricatum

Weißblütige Johannisbeere — duftende Blütentrauben und kleine purpurne Beeren · Ribes indecorum

Ribes indecorum

In trockenen Eichenwäldern Südkaliforniens erscheinen im Winter oder frühen Frühjahr an fast kahlen Zweigen kurze Trauben kleiner weißer Blüten mit einem leicht würzigen Duft. Später treibt der Strauch rundliche, gelappte Blätter und trägt im Sommer dunkle Beeren. Das ist die Weißblütige Johannisbeere Ribes indecorum, eine heimische Art des südlichen Küsten-Chaparrals. Ihre Früchte werden als essbar beschrieben, allerdings hält die Flora of North America fest, dass ihre geschmacklichen Eigenschaften noch unzureichend untersucht sind.



Ribes indecorum mit weißlichen kurzen Winterblütentrauben, rundlichen gelappten Blättern und kleinen dunkelpurpurnen Beeren

Stickpen · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird gewöhnlich 1,5 bis 3 Meter hoch. Die Zweige wachsen ziemlich gerade und sind dicht mit kurzen Haaren und kleinen Drüsen bedeckt; anders als viele Stachelbeeren tragen sie an den Knoten keine echten Dornen. Die wechselständigen Blätter sind rundlich und haben drei bis fünf flache Lappen, einen gekerbt-gezähnten Rand und einen herzförmigen Blattgrund. Unterseits sind sie weißlich filzig. Die Blütentrauben sind kurz und umfassen gewöhnlich 10 bis 25 weiße Blüten mit jeweils einem kleinen röhrenförmigen Kelch und kurzen weißen Kronblättern. Die rundlichen Beeren messen etwa sechs bis sieben Millimeter. Vollreif sind sie purpurn, manchmal weich drüsig behaart, und enthalten kleine Samen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora verzeichnet ungefähr neunhundert Beobachtungen von Ribes indecorum in Kalifornien, überwiegend in den Countys San Diego, Los Angeles, Orange, Riverside, Ventura und Santa Barbara. Die Art bewohnt küstennahen Chaparral, Salbeibusch-Gesellschaften, Eichenhaine, Nordhänge und die Ufer saisonal wasserführender Bäche. Im Sacramento Valley gehört sie nicht zu den häufigen heimischen Sträuchern. Im Winter fallen ihre weißen Blütentrauben auf; nach Einsetzen der trockenen Sommerhitze kann sie einen Teil des Laubs verlieren. Für das Sammeln in Schutzgebieten gelten die örtlichen Regeln.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

An der südkalifornischen Küste können sich die Knospen schon gegen Ende des Herbstes öffnen. Die Hauptblüte liegt im Winter und frühen Frühjahr, oft von Dezember bis März. Nach der Bestäubung bilden sich kleine grüne Beeren, die gegen Ende des Frühjahrs und zu Beginn des Sommers dunkel werden. In trockenen Jahren ist der Ertrag begrenzt. Eine vollreife Beere hat eine gleichmäßig dunkelpurpurne Farbe und eine weiche Schale. Unreife grüne Beeren zu sammeln ist nicht sinnvoll.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Die kalifornischen Gärtnereien für heimische Pflanzen Las Pilitas und Plant Material nennen die Früchte von Ribes indecorum ausdrücklich essbar, während die wissenschaftliche Flora of North America ihren Geschmack nicht näher charakterisiert. Man darf daher keine garantiert süße „wilde Johannisbeere“ erwarten: Die kleinen Beeren können herb oder sauer sein und nur wenig Fruchtfleisch enthalten. Wenn die Art zweifelsfrei bestimmt ist, können vollständig reife, weiche Früchte in kleinen Mengen roh verzehrt werden. Sichtbare Drüsenhaare und Schmutz entfernt man zuvor. Für Blätter, Wurzeln und Blüten ist hier keine eigenständige rohe Lebensmittelverwendung bestätigt. Wer diese Früchte nicht verträgt, sollte auch auf kleine Portionen verzichten.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes sanguineum trägt gewöhnlich längere, rosa oder rötliche Blütentrauben, während die Blüten von Ribes indecorum klein und weiß sind. Ribes amarum besitzt Dornen an den Zweigknoten und große, borstige Beeren; dadurch unterscheidet es sich deutlich von der Weißblütigen Johannisbeere. Ribes malvaceum hat teils ähnlich gerundete Blätter, doch Blütenfarbe und Traubenform helfen bei der Unterscheidung. Für eine verlässliche Bestimmung sollte man den Strauch in Blüte sehen. An einer einzelnen dunklen Beere lässt sich die Art nicht sicher erkennen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7119
- https://www.laspilitas.com/nature-of-california/plants/579--ribes-indecorum
- https://plant-material.com/collections/plants/products/ribes-indecorum
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001135601

Weißstängelige Stachelbeere — helle Zweige an Bergbächen und kleine reife Beeren · Ribes inerme

Ribes inerme

In kühlen Waldsenken Nordkaliforniens wächst gelegentlich ein Strauch mit dünnen, vergleichsweise hellen Zweigen und rundlichen gelappten Blättern. Im frühen Frühjahr entwickeln sich kleine grünliche Blüten, später runde Beeren. Das ist Ribes inerme, die Weißstängelige Stachelbeere, eine heimische Art feuchter Berglebensräume. Vollständig ausgereifte Früchte lassen sich roh essen, auch wenn sie recht klein sind. Der Artname inerme bedeutet „unbewehrt“, doch manche Pflanzen tragen durchaus Dornen. Ein glatter, dornenloser Strauch ist daher nicht allein dadurch sicher als diese Art bestimmt.



Ribes inerme mit hellen dünnen Zweigen, rundlichen gelappten Blättern, kleinen glockenförmigen Blüten und reifen Beeren

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch erreicht manchmal zwei Meter Höhe und bildet mehrere verzweigte Triebe. Junge Stängel sind meist hellgrau, blassbraun oder leicht grünlich. Dornen können selten sein; bei manchen Exemplaren stehen sie jedoch an den Knoten. Die wechselständigen Blätter sind rundlich, gewöhnlich drei- bis fünflappig, mit kleinen Zähnen am Rand und deutlich vom Blattgrund ausgehenden Adern. Im Frühjahr erscheinen einzelne Blüten oder kleine Blütengruppen, grünlich, weißlich bis schwach rosa. Die glockenförmige Blüte hat einen auffälligen Kelch, aber keineswegs eine weit geöffnete große Blütenkrone wie eine Gartenrose. Nach der Bestäubung wachsen an kurzen Stielen kleine runde Früchte. Bei Reife werden sie dunkler oder nehmen je nach örtlicher Varietät einen rötlichpurpurnen Ton an. Vollreife Beeren messen ungefähr acht Millimeter und enthalten mehrere kleine Samen. Im Herbst werden die Blätter gelb und fallen ab, während die dünnen hellen Zweige zurückbleiben.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes inerme als heimische Art Kaliforniens und unterscheidet die Varietäten var. inerme und var. klamathense. Die Zahl der Beobachtungen liegt nur bei einigen Hundert, hauptsächlich in nördlichen und gebirgigen Countys, an feuchten Ufern und Waldrändern. Die Art gehört zu feuchten Ufer- und Gewässerlebensräumen, kühlen Bächen und Böden, die lange feucht bleiben. In der trockenen städtischen Ebene des Sacramento Valley ist sie kein allgegenwärtiger Parkstrauch. In einem geeigneten Canyon können mehrere ähnlich belaubte Ribes-Arten nebeneinander wachsen. Deshalb sollte man Blüte und Frucht am selben Strauch betrachten. Kleine lokale Bestände dürfen nicht für eine einzige Portion vollständig abgeerntet werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Winterruhe treiben im Frühjahr die Knospen aus; in Gebirgstälern gewöhnlich mit beginnender Schneeschmelze. Die kleinen Blüten erscheinen im zeitigen Frühjahr oder an kühleren Standorten erst gegen Mai. Nach der Bestäubung bilden sich feste grüne Beeren, die sich über den Sommer allmählich umfärben. In niedrigeren Berglagen können weiche reife Früchte schon im Juli erscheinen, höher gelegene Sträucher tragen eher im August oder September. Der genaue Zeitpunkt schwankt von Jahr zu Jahr und hängt von der Wasserversorgung ab. Oft hängen grüne und vollreife Früchte zugleich am selben Strauch. Im Herbst fällt das Laub; verbliebene Beeren können eintrocknen und rasch verderben. Als Saison für den Rohverzehr gilt ausschließlich die Zeit gesunder, weicher und vollständig reifer Früchte.



Ribes inerme mit hellen dünnen Zweigen, rundlichen gelappten Blättern, kleinen glockenförmigen Blüten und reifen Beeren

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Beeren. Plants For A Future bestätigt für Ribes inerme ausdrücklich den Rohverzehr. Die etwa acht Millimeter großen Stachelbeeren können säuerlich und leicht süß schmecken. Man kann sie einzeln frisch essen und dabei Stiele und trockene Blütenreste sorgfältig entfernen. Sie sind eher eine kleine Ergänzung anderer Waldfrüchte als eine reichhaltige Ernte. Feste grüne Früchte sind mit weichen reifen Beeren nicht gleichzusetzen.

Ohne Feuer. Gesundes reifes Fruchtfleisch lässt sich zu einem kalten Mus zerdrücken. Sinnvoll ist nur eine kleine frische Portion: Dutzende dieser winzigen Beeren aus dichtem Gestrüpp zu pflücken ist aufwendig. Bei Schimmel, Fraßschäden, unangenehmem Geruch oder Fäulnis werden die Früchte weggeworfen. Für rohe Blätter, Blüten, Rinde oder Wurzeln fehlen bei dieser Art separate Nachweise; sie gehören nicht zur hier beschriebenen Nahrung.

Vorsicht bei unterschiedlichen Formen. Ältere Nachschlagewerke stellten Ribes inerme bisweilen zu Ribes divaricatum; Calflora behandelt sie heute als eigenständige Art mit Varietäten. Nicht jede „dornenlose“ Küsten-Stachelbeere ist deshalb ohne genauere Prüfung Ribes inerme.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes divaricatum kommt überwiegend in Küstennähe vor und unterscheidet sich meist in Farbe und Größe reifer Beeren sowie teilweise in der deutlicheren Bedornung. Ribes lacustre ist erheblich stärker bedornt und trägt häufig kleine nahezu schwarze Früchte. Ribes roezlii wächst eher in der Sierra Nevada und bildet stachelige Beeren, oft mit langen steifen Borsten an der Fruchthaut. Die Weißstängelige Stachelbeere darf nicht allein durch fehlende Dornen bestimmt werden: Ribes inerme kann welche besitzen, und bei anderen Ribes-Arten können Dornen nur schwach entwickelt sein. Blüte, Blatt, Zweig, reife Frucht und genauer Fundort müssen gemeinsam zur Art passen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7120
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+inerme
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Ribes_inerme

See-Johannisbeere — dorniger Strauch mit kleinen schwarzen Waldbeeren · Ribes lacustre

Ribes lacustre

In kühlen kalifornischen Nadelwäldern begegnet man an Waldwegen manchmal einem dornigen Strauch mit glänzenden gelappten Blättern. Im Sommer hängen darunter kleine beinahe schwarze Beeren an dünnen Trauben. Das ist Ribes lacustre, die See- oder Sumpf-Johannisbeere. Trotz ihres Johannisbeer-Namens trägt der Strauch zahlreiche kräftige Dornen an den Zweigen und bisweilen auch an den Fruchtstielen. Vollständig reife Beeren sind roh essbar, aber das Sammeln erfordert Umsicht, und ihr Geschmack kann ziemlich sauer sein.



Ribes lacustre mit kräftigen Dornen, glänzend gelappten Blättern, hängenden Blütentrauben und kleinen fast schwarzen reifen Beeren

Walter Siegmund (talk) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Strauch wird gewöhnlich ein bis zwei Meter hoch. Seine dünnen verholzten Zweige tragen zahlreiche gerade, scharfe Dornen an den Knoten, manchmal auch dazwischen. Junge Triebe sind grünlich und werden später braun. Die wechselständigen Blätter sind rundlich bis fast herzförmig, in drei bis fünf Lappen mit unregelmäßigen Zähnen geteilt und unterseits gelegentlich behaart oder drüsig. Im Frühjahr erscheinen kleine hängende Trauben rötlichgrüner bis purpurner Blüten. Jede Blüte besitzt einen gut sichtbaren Kelch, aber keine großen weit geöffneten Kronblätter wie eine Rose. Nach der Bestäubung entstehen kleine runde Beeren, anfangs grün, dann dunkelpurpurn und bei voller Reife fast schwarz. Im Inneren liegen kleine Samen. Die Dornen bleiben auch am winterlich kahlen Strauch erhalten und helfen, ihn wiederzuerkennen. Ohne Blüten und Früchte sind ähnliche Ribes-Arten jedoch schwer auseinanderzuhalten.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora zählt Ribes lacustre zu den heimischen kalifornischen Sträuchern. Die Art wächst in kühlen Nadelwäldern, an feuchten Waldrändern, in schattigen Schluchten und an Bächen, besonders in den nördlichen Berggebieten und der Sierra Nevada. Auf der heißen offenen Ebene des Sacramento Valley ist sie kein gewöhnlicher Strauch am Straßenrand; passende Lebensräume findet man eher in höher gelegenen Wäldern. An Wegen oder am Rand feuchter Lichtungen können kleine Gebüsche entstehen. Wegen der vielen Dornen sind sie jedoch keine bequemen Stellen für eine umfangreiche Beerenernte. In Waldschutzgebieten können Beeren selbst bei einer nicht seltenen Art vom Sammeln ausgenommen sein.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Schneeschmelze entfalten sich im Frühjahr die Blätter und je nach Höhenlage von April bis Juni die kleinen Blüten. Daraus wachsen grüne Beeren an den Trauben. Gegen Mitte oder Ende des Sommers färben sie sich dunkel und werden weich; an kühleren Hängen sind reife Früchte oft im August und September zu finden. Ein Strauch kann gleichzeitig grüne und fast schwarze Früchte tragen. Nur vollständige Reife ergibt den in den Nahrungsquellen beschriebenen Geschmack. Im Herbst vergilbt das Laub und fällt ab; damit endet die Saison der rohen Beerenernte. Dornige Zweige bleiben im Winter stehen, doch frische Beeren fehlen gewöhnlich.



Ribes lacustre mit kräftigen Dornen, glänzend gelappten Blättern, hängenden Blütentrauben und kleinen fast schwarzen reifen Beeren

Walter Siegmund · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife dunkle Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass Ribes lacustre roh gegessen werden kann. Das reife Fruchtfleisch ist saftig und säuerlich; manche Nachschlagewerke beschreiben den Geschmack bei voller Reife als durchaus angenehm. Die kleinen Beeren werden einzeln gepflückt, ohne die Haut an den Zweigdornen zu verletzen. Auch vollreife Früchte müssen nicht sehr süß schmecken: Diese Johannisbeere kann ausgesprochen sauer sein. Eine kleine Portion genügt.

Kaltes Zerdrücken und Trocknen. Vollreife Beeren lassen sich ohne Erwärmen zerdrücken oder für späteren Verzehr trocknen; beide Verfahren nennt die artspezifische Quelle. Zum Trocknen verwendet man nur saubere reife Früchte unter geeigneten trockenen Bedingungen. Verschimmelte Beeren werden nicht gegessen. Dornen und harte Fruchtstiele gehören nicht zum Lebensmittel.

Was hier nicht empfohlen wird. Die angegebene artspezifische Quelle bestätigt Blätter, Blüten, Rinde und Wurzeln nicht als roh essbare Bestandteile. Dass andere Ribes-Arten auf verschiedene Weise genutzt werden, beweist keine solche Verwendung bei Ribes lacustre.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes roezlii trägt größere Früchte mit langen auffälligen Stacheln und ist besonders für Teile der Sierra Nevada typisch. Ribes menziesii kann sehr dornig sein und dunkle Früchte tragen, unterscheidet sich aber im Blütenbau und in Blattdetails. Ribes montigenum wächst höher im Gebirge und trägt teils rötliche Beeren; in älteren Quellen wurde es auf Varietätenebene mit Ribes lacustre verwechselt. Zur Bestimmung berücksichtigt man deshalb die kleinen hängenden Blütentrauben, Größe und Farbe der Früchte, Form der Dornen und den genauen Standort. Schwarze Beeren an einem dornigen Strauch allein bestimmen keine Art.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+lacustre
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Ribes_lacustre

Lobbs Stachelbeere — rotweiße hängende Blüten und herbe Beeren · Ribes lobbii

Ribes lobbii

Zwischen den Sträuchern nordkalifornischer Wälder fallen manchmal außergewöhnliche Blüten auf: Wie kleine rotweiße Laternen hängen sie unter den Zweigen. Später wachsen dort rundliche Beeren, die zum Teil mit klebrigen oder borstigen Härchen bedeckt sind. Das ist Lobbs Stachelbeere, auch Klebrige Stachelbeere genannt. Ihre Früchte können roh verzehrt werden, doch die Quellen warnen, dass sie gewöhnlich nicht besonders gut schmecken.



Ribes lobbii mit hängenden rotweißen röhrenförmigen Blüten, rundlichen gelappten Blättern und kleinen reifenden Beeren

Peter Stevens · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende, dornige Strauch wird gewöhnlich etwa einen bis anderthalb Meter hoch; an offenen Hängen bleibt er mitunter niedriger. An den Zweigen sitzen auffällige Dornen, besonders nahe den Knoten; junge Triebe können fein behaart sein. Die rundlichen Blätter besitzen mehrere Lappen und einen gezähnten Rand und erinnern an die kleinen Blätter anderer Stachelbeeren. Das auffälligste Merkmal zur Blütezeit sind einzelne oder wenige hängende Blüten mit langer Blütenröhre. Ihre rötlichen äußeren Teile stehen im Kontrast zu den helleren, manchmal fast weißen inneren Kronblättern. Die Früchte sind kugelig und klein und werden bei Reife dunkler. Bei manchen Pflanzen ist die Oberfläche klebrig oder behaart. Die Samen liegen im saftigen Fruchtfleisch.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Ribes lobbii als heimischen kalifornischen Strauch, der an Hängen nördlicher Küsten- und Gebirgsnadelwälder vorkommt. In den Fundangaben werden nördliche Küstennadelwälder und Gebirgs-Tannenwälder genannt. Auf trockenen offenen Straßen von Sacramento und in der heißen Talebene ist die Art nicht typisch. Eher trifft man sie an kühlen Waldstandorten mit geeigneter Feuchtigkeit und Bodenbeschaffenheit. Selbst dort wachsen die Sträucher mitunter einzeln, statt ausgedehnte Beerenbestände zu bilden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die rotweißen Blüten erscheinen im Frühjahr. Danach bilden sich die zunächst unreifen Früchte, die im Laufe des Sommers heranwachsen und bei voller Reife dunkler werden. In höher gelegenen und kühleren Wäldern kann sich die Fruchtzeit nach hinten verschieben. Für den Rohverzehr kommen ausschließlich vollständig reife Beeren infrage; der Zeitpunkt richtet sich nach der Entwicklung der jeweiligen Frucht, nicht bloß nach einem Kalendermonat.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Plants For A Future bestätigt für Ribes lobbii ausdrücklich, dass die Beeren roh gegessen werden können. Zugleich bezeichnet die Quelle ihren Geschmack als überwiegend wenig angenehm, manchmal ausgesprochen herb. Die Art ist daher eher eine gelegentliche Möglichkeit, eine sicher bestimmte reife Frucht zu kosten, als eine gute dauerhafte Kalorienquelle. Die Beerenhaut kann borstig sein und der Anteil an Fruchtfleisch gering. Beschädigte, verschimmelte und unreife Beeren werden nicht gegessen. Für Blätter, Blüten und Wurzeln ist bei dieser Art kein Rohverzehr bestätigt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die heimischen Stachelbeeren Ribes divaricatum, Ribes roezlii und Ribes montigenum tragen ebenfalls dornige Zweige, rundliche Blätter und Beeren. Sie unterscheiden sich jedoch im Blütenbau, in Dornenstellung, Fruchtfärbung und Behaarung. Lobbs Stachelbeere ist vor allem an ihren großen, ungewöhnlichen, rotweiß gefärbten hängenden Blüten zu erkennen. Nach der Blüte ist die sichere Bestimmung schwieriger: Eine einzelne klebrige Beere reicht nicht. Die Dornen können Finger verletzen. Deshalb schüttelt man Sträucher nicht und reißt keine ganzen Zweige ab.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7126
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+lobbii
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ribes_lobbii.jpg

Chaparral-Johannisbeere — frühe rosa Blüten und kleine purpurne Beeren · Ribes malvaceum

Ribes malvaceum

An Hängen des kalifornischen Chaparrals blühen manche Sträucher noch vor den Frühlingskräutern. Zwischen dem Wintergrün erscheinen hängende Trauben zartrosa Blüten und im Sommer kleine dunkelpurpurne Beeren. Das ist Ribes malvaceum, die Chaparral-Johannisbeere, eine heimische Art, die an die Trockenzeit angepasst ist. Ihre vollständig reifen Früchte lassen sich roh verzehren. Blüten und Blätter helfen zwar bei der sicheren Bestimmung, gehören aber deshalb nicht selbst zum Lebensmittel.



Ribes malvaceum mit gelappten Blättern, hängenden rosa Blütentrauben und kleinen reifen dunkelpurpurnen Beeren

Daderot · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch kann in milden Wintern einen Teil der Blätter behalten und wird ungefähr einen bis zwei Meter hoch. Seine Zweige sind aufrecht oder leicht bogenförmig und tragen gewöhnlich nicht die kräftigen Dornen mancher Stachelbeeren. An den Trieben können kleine Drüsenhaare sitzen. Die wechselständigen Blätter sind rundlich oder am Grund herzförmig, mit drei bis fünf flachen, gezähnten Lappen. Ihre Oberfläche wirkt etwas runzelig; unterseits ist oft eine Behaarung sichtbar. Die Blütentrauben hängen aus den Blattachseln seitlicher Zweige. Sie tragen etwa zehn bis mehrere Dutzend rosa oder purpurne Blüten mit deutlich röhrenförmigem Kelch, schmalen Kronblättern und kurzen Blütenstielen. Nach der Blüte entwickeln sich kleine runde Beeren von etwa sechs bis sieben Millimetern. Zunächst sind sie grünlich, später dunkelpurpurn. Ihre Haut kann Drüsenhaare besitzen, trägt jedoch nicht die langen steifen Borsten der Fuchsien-Stachelbeere.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Ribes malvaceum als heimische kalifornische Art aus Chaparral-Gesellschaften, lichten Eichenwäldern und trockenen Hängen. An der zentralen und südlichen Küste sowie in den inneren Vorbergen gibt es zahlreiche Beobachtungen, doch nicht in jedem County kommt der Strauch gleich häufig vor. Er wächst auf sonnigen und halbschattigen Hängen, zwischen Eichen und an Canyonrändern. California Flora Nursery beschreibt ihn als sommerdürreverträglich und als Strauch, der mitten im Winter früh zu blühen beginnen kann. In der trockenen Ebene von Sacramento wächst er weniger reichlich als einheimische Brombeeren an Flüssen; im Vorgebirge sind geeignete Plätze wahrscheinlicher. In der Nähe von Gärten kommen auch gepflanzte Ziersträucher vor.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Anders als viele nördliche Beerensträucher beginnt die Chaparral-Johannisbeere nach den ersten Regenfällen häufig bereits im Winter zu blühen. Rosa Blütentrauben erscheinen mitunter zwischen Dezember und März, an kühleren Standorten auch später. Danach bilden sich kleine grünliche Beeren. Ihre Reife erfolgt im Verlauf von Frühjahr und Sommer und hängt von Höhe, Niederschlag und Temperatur ab. Die artspezifische Lebensmittelquelle nennt Beeren als Nahrung zur Mitte und gegen Ende des Sommers; an warmen südlichen Hängen kann ein Teil früher reifen. Während der sommerlichen Trockenperiode fällt nicht selten ein Teil des Laubs ab. Winterblüten sind deshalb kein Hinweis auf roh essbare Früchte im Winter.



Ribes malvaceum mit gelappten Blättern, hängenden rosa Blütentrauben und kleinen reifen dunkelpurpurnen Beeren

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife purpurne Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass die Früchte von Ribes malvaceum roh gegessen werden können. Sie sind klein, angenehm säuerlich und enthalten einige Samen. Eine reife Beere ist weicher und dunkler als eine unreife. Am besten verzehrt man die Früchte unmittelbar nach der Ernte oder zerdrückt sie ohne Erhitzen zu einer kleinen Portion kalten Beerenmuses. Von einem einzelnen Strauch ist kein großer Energieertrag zu erwarten: Selbst bei reichlichem Fruchtansatz bleiben die Beeren winzig.

Frisches Fruchtfleisch. Die Haut vollständig reifer Beeren muss nicht gesondert bearbeitet werden, sofern sie sauber ist. Bei auffälligen Drüsenhaaren oder Hautreizungen verzichtet man jedoch besser auf die betroffenen Früchte. Grüne unreife Beeren unterscheiden sich geschmacklich und gehören nicht zum bestätigten Rohkostangebot.

Blüten, Blätter, Stängel und Wurzeln bleiben Bestandteile der botanischen Beschreibung. Dass andere Ribes-Arten auf verschiedene Weise genutzt werden, belegt noch keine Essbarkeit dieser Pflanzenteile bei Ribes malvaceum.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes sanguineum hat deutlich größere, auffällig rotrosa Frühlingsblütentrauben und gewöhnlich dunkle, bläulich bereifte Beeren; Blattform und Verbreitungsgebiet unterscheiden sich. Ribes speciosum trägt lange leuchtend rote Blüten, die an Fuchsien erinnern, dornige Triebe und dicht borstige Beeren. Bei Ribes aureum sind die Blüten gelb. Vor der Blüte lassen sich viele Ribes-Arten anhand eines einzelnen gelappten Blattes kaum sicher unterscheiden. Sinnvoll ist es, denselben Strauch zur Blüte- und Fruchtzeit zu betrachten. Zierpflanzen können mit Insektiziden behandelt sein; ihre Beeren eignen sich nicht für den Rohverzehr.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7127
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+malvaceum
- https://www.calfloranursery.com/plants/ribes-malvaceum/
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001135609

Menzies-Stachelbeere — dunkle Beeren zwischen dichten Dornen des Küstenwalds · Ribes menziesii

Ribes menziesii

In den Küstenwäldern Kaliforniens kann zwischen Eichen und Küstenmammutbäumen ein dorniger Strauch wachsen, dessen Zweige deutlich stärker bewehrt sind als die einer gewöhnlichen Johannisbeere. Im Frühjahr öffnen sich kleine Blüten; später hängen zwischen den Dornen rundliche dunkelpurpurne Beeren. Das ist Ribes menziesii, die Menzies- oder Canyon-Stachelbeere. Ihre Früchte sind botanisch betrachtet roh essbar, doch in vielen Populationen enthalten sie so wenig Fruchtfleisch, dass sie keine ergiebige Beerenernte liefern. Die Dornen erschweren das Sammeln zusätzlich.



Ribes menziesii mit dicht bedornten Zweigen, gelappten Blättern und kleinen runden dunkelpurpurnen Beeren im Küstenwald

jkirkhart35 · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird ungefähr ein bis zwei Meter hoch und besitzt verzweigte verholzte Stängel. An den Knoten stehen große Dornen, häufig mehrere zusammen; zwischen den Knoten können weitere kleine Stacheln sitzen. Junge Blätter tragen kurze Blattstiele, sind meist rundlich, drei- bis fünflappig und am Rand gezähnt. Die Oberfläche kann behaart oder fein drüsig behaart sein; dies unterscheidet sich zwischen den Varietäten. Kleine hängende grünliche, rosa oder cremefarbene Blüten stehen einzeln oder in kurzen Trauben. Danach bildet sich eine rundliche Beere, deren Farbe sich von Grün über Rötlich bis Dunkelpurpur verändert. Sie misst ungefähr einen Zentimeter und enthält oft viele Samen, aber vergleichsweise wenig weiches Fruchtfleisch. Die Dornen sind im späten Winter bei spärlichem Laub besonders gut sichtbar. Ihre Anordnung allein reicht für eine genaue Bestimmung dennoch nicht aus.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes menziesii als heimische Art Kaliforniens und dokumentiert Hunderte Beobachtungen aus Redwood Forest, Mixed Evergreen Forest und Chaparral. Sie ist für feuchte Canyons und Küstenwaldränder Nord- und Zentralkaliforniens typischer als für die trockene Ebene von Sacramento. Es gibt verschiedene Varietäten. Die besondere Ribes menziesii var. ixoderme besitzt den seltenen California Rare Plant Rank 1B.2 und darf nicht für Nahrung beerntet werden. Deshalb kann man nicht pauschal jeden ähnlich aussehenden Canyon-Stachelbeerstrauch als frei sammelbar bezeichnen. In geeigneten Wäldern wachsen Einzelsträucher oder kleine Gruppen, aber selten ausgedehnte, bequem beerntbare Bestände.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

An der milden Küste treiben junge Blätter mitunter schon im Spätwinter aus, an kühleren Standorten später. Die kleinen hängenden Blüten öffnen sich ungefähr zwischen März und Mai; danach bilden sich zunächst grüne Beeren. Sie reifen überwiegend im Sommer, etwa von Juli bis September, abhängig von Höhenlage und Schatten. Nach der Fruchtzeit vergilben die Blätter und fallen ab. Alte Dornen sind auch im Winter sichtbar, die Beerensaison ist dann jedoch vorbei. Grüne Früchte gelten nicht als reife Ernte, selbst wenn sie bereits die typische Größe erreicht haben.



Ribes menziesii mit dicht bedornten Zweigen, gelappten Blättern und kleinen runden dunkelpurpurnen Beeren im Küstenwald

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Plants For A Future führt die Früchte von Ribes menziesii ausdrücklich als roh essbar. Zugleich vermerkt diese Quelle, dass sie vor dem Verzehr häufig mit heißem Wasser übergossen wurden; Calflora hebt die vielen Samen und das knappe Fruchtfleisch hervor. Der Atlas für Ernährung ohne Feuer empfiehlt daher ausschließlich das weiche Innere vollständig reifer Früchte, sorgfältig getrennt von etwaigen reizenden Haaren auf der Fruchthaut und von den Dornen der Zweige. Eine Beere mag vielversprechend aussehen, doch nach dem Entfernen der Haut und Samen bleibt manchmal kaum Nahrung übrig.

Das reife Fruchtfleisch kann herb, säuerlich und bisweilen unangenehm schmecken. Die Süße einer Garten-Stachelbeere ist nicht zu erwarten. Lässt sich der essbare Teil nicht zuverlässig von der stacheligen Oberfläche trennen, bleibt die Beere am Strauch. Bekannte Zubereitungen mit heißem Wasser werden hier nicht verwendet. Blüten, junge Blätter, Wurzeln und Stängel sind nicht als rohe Nahrung empfohlen, weil sich der artspezifische Nachweis allein auf die Früchte bezieht.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes divaricatum, bereits im Atlas beschrieben, hat häufig glattere, dunkel reifende Beeren und eine andere Dornenstellung. Ribes roezlii erkennt man an besonders langen Stacheln direkt auf den Früchten. Bei Ribes menziesii fallen hingegen die dicht bedornten Zweige und kleinen dunklen Beeren auf. Manche Varietäten der Gattung Ribes sind einander so ähnlich, dass Blüten, Drüsenbehaarung, Blattform und geografischer Fundort entscheidend werden. Einen zweifelhaft bestimmten seltenen örtlichen Strauch beerntet man nicht. In Dickichten kann die Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum wachsen; ihre Blätter dürfen nicht gemeinsam mit Stachelbeerzweigen angefasst werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7131
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7133
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+menziesii

Berg-Stachelbeere — kleine rote Borstenbeeren an hochgelegenen Felshängen · Ribes montigenum

Ribes montigenum

An trockenen steinigen Hängen hoch im Gebirge wächst ein niedriger Strauch mit kleinen, tief eingeschnittenen Blättern. Gegen Ende des kurzen Sommers erscheinen daran winzige leuchtend rote Beeren mit feinen Borsten. Das ist Ribes montigenum, die Berg-Stachelbeere. Ihre reifen Früchte wurden nach dem Entfernen der stacheligen Härchen roh gegessen.



Ribes montigenum als niedriger Gebirgsstrauch mit tief gelappten kleinen Blättern und runden roten borstigen Beeren

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der niedrige, ausladende Strauch wird häufig nur 30 bis 60 Zentimeter hoch. Er besitzt viele dünne Zweige mit unterschiedlich zahlreichen Borsten und Dornen. An den Knoten können größere Dornen stehen, während die Trieboberfläche kleinere borstige Härchen trägt. Die Blätter sind klein, meist ein bis vier Zentimeter lang, im Umriss rundlich und in fünf tief eingeschnittene Lappen gegliedert; die Ränder sind eingeschnitten und gezähnt. Blattspreiten und Blattstiele können drüsig sein.

Im Sommer erscheinen kleine Blüten in kurzen Gruppen, blass grünlichweiß oder rötlichviolett getönt. Die kugeligen Früchte messen ungefähr sechs Millimeter, sind rot und besitzen feine Borsten auf der Schale. Gerade die geringe Größe und die borstige Oberfläche fallen auf Nahaufnahmen deutlich auf.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Ribes montigenum ist mit hochgelegenen steinigen Hängen, subalpinen Wäldern und Gebieten nahe der oberen Baumgrenze verbunden. In Kalifornien wurde die Art in den San Gabriel Mountains, San Bernardino Mountains, San Jacinto Mountains, der Sierra Nevada und nördlichen Gebirgsregionen nachgewiesen. Ein Bericht des USDA nennt einen Höhenbereich von ungefähr 2.100 bis 3.800 Metern. Es ist kein Strauch der trockenen Niederungen von Sacramento.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte fällt im Hochgebirge häufig auf Juli und August. Die Früchte färben sich später im Sommer und zu Beginn des Herbstes rot. Die genauen Termine hängen jedoch von Schneeschmelze, Hangexposition und Höhenlage ab. Harte oder noch grüne Beeren gelten nicht als reif.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Ein botanisch-ethnografisches Handbuch des USDA beschreibt für diese Art ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte. Um die Borsten nicht mitzuessen, zerdrückte man die Beeren und strich sie durch ein Sieb. Bei einer Zubereitung ohne Erhitzen gilt dasselbe Prinzip: Die Borsten werden mechanisch entfernt und nicht zusammen mit der stacheligen Schale geschluckt.

Die Beeren sind klein; eine größere Ernte ist deshalb schwer zusammenzubringen. Ihr Wert als Nahrung während der kurzen Gebirgssaison liegt in den frischen Früchten, nicht in Blättern oder verholzten Trieben. Für andere Teile dieser Art wird hier keine rohe Verwendung empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

In Kaliforniens Bergen wachsen weitere Stachelbeeren. Ribes roezlii trägt größere, häufig purpurne, deutlich stärker bestachelte Früchte. Ribes inerme kommt unter anderem an Bächen vor, manche Johannisbeeren tragen glatte Beeren. Die rote Fruchtfarbe allein genügt nicht. Man betrachtet die Strauchhöhe, Blattgröße, Dornen und Borsten, den Blütenbau und die Höhenlage des Standorts.

Bei reifen Früchten von Ribes montigenum sind die mechanisch verletzenden Borsten die unmittelbarste Gefahr. Können sie nicht entfernt werden oder lässt sich die Art nicht sicher bestimmen, beschränkt man sich auf das Beobachten.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Common Shrubs of Chaparral, Ribes montigenum, S. 60–61: https://www.fs.usda.gov/psw/publications/documents/psw_gtr099/psw_gtr099.pdf
- Calflora, Suche nach Ribes montigenum: https://www.calflora.org/
- Wikimedia Commons, dokumentarische Nahaufnahme von Ribes montigenum: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mountain_gooseberry_Ribes_montigenum_berries.jpg

Rosa Berg-Johannisbeere — Frühlingsblütentrauben und dunkle Beeren der Sierra · Ribes nevadense

Ribes nevadense

An den Hängen der Sierra Nevada stehen im Frühjahr Sträucher mit gelappten Blättern und langen Trauben rosa Blüten. Später bilden sich an deren Stelle kleine blauschwarze, blaugrau bereifte Beeren. Dies ist Ribes nevadense, die Rosa Berg-Johannisbeere, in Kalifornien auch Sierra currant genannt. Die Beeren lassen sich frisch und ohne Feuer essen. Eine Veröffentlichung über Pflanzen der Washoe erwähnt diese Verwendung ausdrücklich. Wer den Strauch jedoch auf jeder Rasenfläche von Sacramento erwartet, irrt: Seine natürlichen Lebensräume liegen überwiegend höher in den Vorbergen und Bergen.



Ribes nevadense mit langen hängenden rosa Blütentrauben, hellgrünen gelappten Blättern und dunkel bereiften Sommerbeeren

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch besitzt mehrere vergleichsweise dünne, aufrechte Zweige und wird gewöhnlich ungefähr ein bis zwei Meter hoch. Die Triebe tragen nicht die großen kräftigen Dornen typischer Stachelbeeren. Die wechselständigen Blätter sind hellgrün und meist dreilappig, manchmal mit zusätzlichen kleinen Lappen. Der Rand ist sanft gezähnt, und vom Blattgrund ausgehende Adern sind deutlich sichtbar. Unterseits kommen gelegentlich feine Haare vor. Die Blüten hängen in Trauben, die viele kleine rosarote Glöckchen enthalten können. Diese Trauben sind länger als bei zahlreichen anderen Berg-Johannisbeeren; zur Hauptblüte wirkt der Strauch wie mit rosa Fäden geschmückt. Nach der Bestäubung entstehen kleine runde Früchte. Zunächst grün, werden sie später rötlich und schließlich dunkel, blaugrau bis schwarz. Die Fruchthaut trägt oft Drüsenhaare. Im weichen Fruchtfleisch sitzen zahlreiche winzige Samen. Im Herbst färben sich die Blätter gelb und fallen ab, während die dünnen Zweige ihre typische Form behalten.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes nevadense als heimische kalifornische Art mit zahlreichen Beobachtungen in Gebirgswäldern. Besonders geeignet sind halbschattige Kiefern- und Tannenwälder, Bachufer, offene Waldlichtungen und feuchte Hänge. Die University of California Master Gardeners beschreiben die Art für das Lake Tahoe Basin und heben ihre Widerstandsfähigkeit unter den dortigen Bedingungen hervor. In der Stadtregion Sacramento auf Höhe der Ebene sind natürliche Bestände nicht gewöhnlich. Auf einer Fahrt zum Tahoe-See oder in die kühleren Teile der Sierra ist die Begegnung viel wahrscheinlicher. Einzelne Gruppen können recht gut Früchte tragen, doch an trockenen Hängen hängt der Ertrag von der Winterfeuchte und der sommerlichen Temperatur ab.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

In höheren Teilen der Sierra erscheinen nach der Schneeschmelze frische hellgrüne Blätter, häufig im April oder Mai. Ein universitärer Überblick für Tahoe nennt etwa April bis Juli als Blütezeit. Je nach Höhe sieht man die rosa Trauben in unterschiedlichen Wochen. Kleine grüne Früchte bilden sich nach der Blüte. Mit der sommerlichen Erwärmung werden sie dunkler und weicher. An den meisten Gebirgsstandorten liegt die Reife zwischen Juli und September. Man darf nicht allein deshalb pflücken, weil eine Frucht bereits rötlich geworden ist; in diesem Stadium kann sie noch hart sein. Nach dem Laubfall im Herbst sind frische Beeren normalerweise verschwunden, doch zuvor ohne Erhitzen getrocknete Früchte können länger aufbewahrt werden.



Ribes nevadense mit langen hängenden rosa Blütentrauben, hellgrünen gelappten Blättern und dunkel bereiften Sommerbeeren

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife blauschwarze Beeren. Eine Veröffentlichung mit traditionellen Pflanzennamen der Washoe hält ausdrücklich fest, dass Ribes-nevadense-Beeren roh gegessen, getrocknet oder auf andere Weise verwendet wurden. Weiche reife Beeren lassen sich frisch mitsamt den kleinen Samen essen. Ihr Geschmack ist süßsäuerlich, manchmal eher mild. Die Schale kann Drüsenhaare tragen. Eine kleine reife Beere unterscheidet sich von einem harten grünen Fruchtansatz sowohl im Aussehen als auch in der Konsistenz.

Frisch zerdrückte Beeren. Aus einer kleinen Menge reifer Früchte lässt sich ohne Erwärmen ein kaltes Beerenmus herstellen. Bei Hitze verderben die Früchte schnell. Deshalb sammelt man nur saubere, unbeschädigte Beeren und verzehrt sie bald. Sträucher direkt an Straßenrändern oder in möglicherweise behandelten Zierpflanzungen eignen sich nicht für Rohkost.

Blüten, Blätter, Stängel und Wurzeln helfen bei der Bestimmung, werden hier aber nicht als roh essbare Teile empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Blut-Johannisbeere Ribes sanguineum, ebenfalls im Atlas beschrieben, trägt gewöhnlich auffälligere Frühlingsblütentrauben und hat eine andere Verbreitung. Ribes cereum besitzt unscheinbarere helle Blüten und wächst häufiger an trockeneren steinigen Berghängen. Einige Stachelbeeren haben ähnlich gelappte Blätter, jedoch deutlich kräftigere Dornen. Ribes nevadense erkennt man durch das gemeinsame Auftreten dornenarmer Triebe, langer hängender rosa Blütentrauben und später dunkler bereifter Beeren. Von einer einzelnen Beere an einem unbekannten Strauch lässt sich nicht auf die Art schließen. In geschützten Wäldern darf nur dort gesammelt werden, wo es ausdrücklich erlaubt ist.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7135
- https://ucanr.edu/site/uc-master-gardeners-lake-tahoe-basin/article/central-sierra-ribes-nevadense-sierra-currant
- https://ppolinks.com/forestservicemuseum/2022_5_73.pdf

Eichenwald-Stachelbeere — kleine glatte schwarze Früchte der Vorberge · Ribes quercetorum

Ribes quercetorum

An trockeneren Eichenhängen Zentral- und Südkaliforniens wächst stellenweise ein kleiner Strauch, der im Frühjahr gelbliche Blüten öffnet und danach winzige runde Beeren bildet. Anders als bei einigen Gebirgs-Stachelbeeren sind diese Früchte fast glatt und tragen keine langen scharfen Stacheln auf der Haut. Das ist Ribes quercetorum, die Eichenwald-Stachelbeere, auf Englisch oak gooseberry. Ihre vollständig reifen schwarzen Beeren werden als roh essbar und gewöhnlich angenehm im Geschmack beschrieben. Wichtig ist die Unterscheidung zwischen Frucht und Zweig: Eine glatte Beere bedeutet noch lange keinen dornenlosen Strauch.



Ribes quercetorum mit kleinen gelappten Blättern, gelblichen Einzelblüten, Dornen an Zweigknoten und glatten schwarzen Beeren

Daderot · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch ist gewöhnlich niedrig, etwa einen halben bis anderthalb Meter hoch, mit dünnen bogenförmigen Zweigen. An den Zweigknoten können einzelne oder paarige Dornen bis ungefähr anderthalb Zentimeter Länge stehen. Die wechselständigen Blätter sind klein, insgesamt rundlich, mit mehreren Lappen, die bei manchen Exemplaren tief eingeschnitten und an den Enden gezähnt sind. Junge Blätter können leicht behaart oder drüsig sein. Im Frühjahr erscheinen einzeln oder paarweise kleine Blüten mit auffälligen gelblichen zurückgeschlagenen Kelchblättern und kürzeren hellen Kronblättern. Sie sind unauffällig und haben keine große farbkräftige Blütenkrone. Nach der Bestäubung bildet sich eine runde Beere, anfangs grün, später dunkelrot bis fast schwarz, ungefähr sieben bis acht Millimeter groß. Reife Früchte sind glatt oder nahezu glatt und enthalten mehrere kleine Samen. An einem Strauch kann man gleichzeitig kleine Blätter, Dornen an den Knoten und kurze hängende Blütengruppen erkennen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes quercetorum als heimische kalifornische Art mit einigen Hundert Beobachtungen, hauptsächlich in Southern Oak Woodland und Foothill Woodland. Eine historische botanische Beschreibung der California Academy of Sciences erwähnt Eichenwälder bei Paso Robles im Gebiet von Monterey und San Luis Obispo sowie niedrige Sträucher in den Vorbergen. Die Art kommt ebenfalls an südlichen Berghängen und im Chaparral vor. Sie wächst nicht gleichmäßig im gesamten Central Valley. Für Reisende aus Sacramento ist sie eher eine Pflanze von Ausflügen an Eichenhänge und südliche Vorberge als eine gewöhnliche Stadtbeere. In geeigneten Eichenwäldern stehen gelegentlich kleine Gruppen; auf vollständig ausgetrockneten Grasflächen ist die Fruchternte jedoch unzuverlässig.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Blätter und Blüten erscheinen nach den Winterregen, in niedrigen warmen Lagen meist vom Spätwinter bis ins Frühjahr. Die Blüte kann schon im Februar oder März beginnen, in kühleren Schluchten später. Daraus entwickeln sich grüne Früchte, die allmählich dunkler werden. Vollständige Reife ist je nach Höhenlage und verfügbarem Wasser im späten Frühjahr oder Sommer zu erwarten. Die Beeren eines Strauchs reifen nicht unbedingt gleichzeitig. Bei starker Sommertrockenheit kann sich ein Teil des Laubs gelb färben und abfallen; verbliebene reife Beeren werden von Vögeln rasch gefressen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass die Früchte von Ribes quercetorum roh essbar sind, und bezeichnet ihren Geschmack als angenehm. Reife schwarze glatte Beeren lassen sich frisch ohne Erwärmen essen, sobald sie weich werden und sich leicht vom Stiel lösen. Der Geschmack unterscheidet sich von Strauch zu Strauch, ist jedoch häufig süß und leicht säuerlich. Da die Früchte klein sind, braucht man für eine nennenswerte Portion viele Beeren. Frisch zerdrückte Früchte können sofort als kaltes Beerenmus gegessen werden.

Grüne Beeren dürfen nicht automatisch gesammelt werden, nur weil sie fast so groß aussehen wie reife. Geschmack und Reifezustand sind andere; die bestätigte rohe Verwendung bezieht sich am besten auf vollständig reife Beeren. Blätter, Blüten, Wurzeln und Stängel gehören nicht zum Lebensmittelangebot: Ihre Merkmale helfen bei der Bestimmung. Beim Sammeln sind die Zweigdornen zu beachten. Für eine kleine Fruchtmenge darf man den Strauch nicht abbrechen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes roezlii besitzt größere Früchte mit langen scharfen Stacheln. Bei Ribes californicum sind reife Beeren meist rot und können stark borstig sein; bei Ribes quercetorum dagegen klein, glatt und schwarz. Ribes aureum, die Gold-Johannisbeere, trägt auffälligere gelbe Blüten in längeren Trauben und hat Zweige ohne so kräftige Dornen. Ein einzelnes fast schwarzes Früchtchen ohne Blätter genügt zur Bestimmung nicht. An wilden Eichenhängen kann die Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum wachsen. Wenn sich ihre dreiteiligen Blätter zwischen Stachelbeerzweige flechten, dürfen sie beim Sammeln nicht mitgegriffen werden; unbekannte Nachbarfrüchte werden nicht probiert.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7136
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+quercetorum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ribes_quercetorum_-_UC_Davis_Arboretum_-_DSC03434.JPG

Roezls Stachelbeere — große stachelige Beeren der Sierra Nevada · Ribes roezlii

Ribes roezlii

An bewaldeten Hängen der Sierra Nevada findet man einen niedrigen Strauch, dessen ungewöhnliche Früchte sofort im Gedächtnis bleiben. Die runden Beeren sind mit zahlreichen langen Stacheln besetzt und erinnern an winzige Igel. Das ist Ribes roezlii, die Sierra- oder Roezls Stachelbeere. Ihre reifen Früchte wurden traditionell roh gegessen. Ihr Aussehen weist jedoch auf eine entscheidende Einschränkung hin: Die stachelige Außenschicht darf nicht zusammen mit dem weichen Fruchtfleisch gekaut werden.



Ribes roezlii mit gelappten Blättern, Dornen an den Zweigen und großen rosa bis roten rundlichen Früchten mit langen Stacheln

Don Lepley / USFS Region 5 · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird gewöhnlich einen halben bis anderthalb Meter hoch und trägt dünne verholzte Zweige. An den Knoten stehen größere Dornen, oft mehrere zusammen; an manchen Zweigabschnitten kommen zusätzliche kleine Stacheln vor. Die wechselständigen Blätter haben drei oder fünf abgerundete Lappen, fein gezähnte Ränder und deutlich vom Grund ausgehende Adern. Kleine grünlichgelbe oder rosafarbene Blüten mit ausgeprägtem Kelch stehen einzeln oder in kleinen Gruppen an kurzen Seitentrieben. Daraus entwickeln sich rundliche, bis ungefähr anderthalb Zentimeter große Früchte. Schon unreife grüne Beeren tragen hervorstehende Stacheln; bei zunehmender Reife können sie rosa oder rötlich werden. Die langen Stacheln direkt auf den Früchten sind ein auffälliges Merkmal. Unter der Haut liegt weiches Fruchtfleisch mit einigen kleinen Samen, doch die Stacheln erschweren den Verzehr ohne sorgfältige Vorbereitung.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Ribes roezlii als heimische kalifornische Art mit Tausenden Fundmeldungen vom Norden des Bundesstaates bis zu den südlichen Bergzügen. Besonders viele Beobachtungen gibt es in den Gebirgs-Countys Placer, El Dorado, Butte, Plumas, Shasta, Siskiyou und Tulare sowie weiteren Regionen. Die Art wächst an bewaldeten Hängen, auf Felsaufschlüssen, in Gelbkiefernwäldern und gemischten immergrünen Wäldern. Wer aus Sacramento in die Sierra hinauffährt, trifft sie eher als in der städtischen Talebene. Es gibt mehrere Varietäten, von denen einige nur begrenzt verbreitet sind. Seltene örtliche Bestände dürfen nicht für wenige Beeren abgeerntet werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Schneeschmelze erscheinen im Frühjahr Blätter und kleine Blüten. In den unteren Vorbergen kann das im März oder April geschehen, im Hochgebirge später. Die anfangs grünen Früchte wachsen mehrere Wochen. Zur Mitte und gegen Ende des Sommers beginnen sie zu reifen. In höheren, kühleren Lagen findet man vollständig gefärbte Beeren noch im August und September. An einem Strauch können zugleich grüne und reife stachelige Früchte hängen. Im Herbst vergilbt das Laub und fällt ab. Im Winter bleiben die alten Zweige, aber keine frischen Beeren zurück.



Ribes roezlii mit gelappten Blättern, Dornen an den Zweigen und großen rosa bis roten rundlichen Früchten mit langen Stacheln

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass die Früchte von Ribes roezlii roh oder nach dem Trocknen gegessen werden können. Anders als eine glatte Garten-Johannisbeere trägt diese Stachelbeere auf ihrer roten bis rosafarbenen Haut zahlreiche scharfe Stacheln. Als essbar gilt hier ausschließlich das weiche Innere einer völlig reifen Frucht, das vorsichtig von der stacheligen Haut getrennt wird. Ist eine sichere Trennung nicht möglich, sollte man auf die Frucht verzichten. Niemals die ganze Beere in den Mund nehmen in der Erwartung, die Stacheln würden beim Kauen weich.

Nach sorgfältiger Entfernung der Stachelhaut lässt sich das reife Fruchtfleisch unmittelbar essen, ohne Feuer zerdrücken oder trocknen. Die artspezifische Quelle erlaubt Trocknung zur Vorratshaltung; im getrockneten Lebensmittel dürfen jedoch keine harten Stacheln verbleiben. Beschädigte, verschimmelte und noch grüne feste Beeren sind ungeeignet. Blätter, Blüten und Wurzeln dienen hier der Identifikation und werden nicht als rohe Nahrung beschrieben.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Andere kalifornische Stachelbeeren tragen ebenfalls Dornen an den Zweigen, doch ihre Früchte können glatt oder nur schwach borstig sein. Bei Ribes menziesii sind Beeren häufig dunkelpurpurn und die Zweige besonders dicht bedornt. Ribes californicum trägt rote, ebenfalls stachelige reife Beeren; zur Abgrenzung braucht man deshalb zusätzlich Blüten, Blätter und geografischen Fundort. Selbst wenn die weiche rohe Fruchtmasse von zwei Arten essbar ist, darf man die Reinigung nicht ungeprüft auf jede stachelige Beere übertragen. In Bergwäldern ist zudem auf die Westliche Gifteiche zu achten; in streng geschützten Gebieten kann das Sammeln eingeschränkt sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7137
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7137
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+roezlii
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/ribroe

Blut-Johannisbeere — rote Frühlingsblüten und dunkle Sommerbeeren · Ribes sanguineum

Ribes sanguineum

An einem Waldrand der nordkalifornischen Küste steht im Frühjahr manchmal ein Strauch mit eleganten, hängenden Trauben rotrosa Blüten. Später entwickeln sich an ihrer Stelle kleine runde Beeren, die sich bei der Reife blauschwarz färben. Das ist Ribes sanguineum, die Blut- oder Rotblühende Johannisbeere. Ihr Name bezieht sich auf die Blütenfarbe, nicht auf die Beeren. Die reifen Früchte lassen sich ohne Feuer essen, auch wenn sie meist weniger ausgeprägt schmecken als Garten-Johannisbeeren.



Ribes sanguineum mit hängenden rotrosa Blütentrauben, gelappten Blättern und dunklen blau bereiften Sommerbeeren

Nomadcrows · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch erreicht häufig ein bis drei Meter Höhe und besitzt mehrere aufrechte, leicht gebogene Zweige. Die einzeln wechselständig angeordneten Blätter haben drei oder fünf flache Lappen, gezähnte Ränder und eine deutliche Behaarung, besonders an der Unterseite. Sie erinnern an kleine Ahornblätter. Im Frühjahr entstehen hängende Blütentrauben aus zahlreichen kleinen röhrenförmigen Blüten. Ihre Kelche sind rosa bis tiefrot, bisweilen fast purpurn; die eigentlichen Kronblätter bleiben kleiner als die Kelchblätter. Eine Blütentraube kann wie ein dichter rosa Fruchtstand wirken. Bis zum Sommer wachsen runde Beeren heran, oft leicht blaugrau bereift, die dunkelblau bis schwarz werden. An ihrer Spitze bleibt ein Kelchrest stehen. Die Zweige tragen gewöhnlich keine großen kräftigen Dornen wie Stachelbeeren.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes sanguineum als heimischen kalifornischen Strauch mit mehr als tausend dokumentierten Beobachtungen. Besonders viele stammen von der nördlichen und zentralen Küste, unter anderem aus Humboldt, Marin, Sonoma, Santa Cruz und Del Norte County. Die Art wächst in Mischwäldern, an Waldrändern, in Küstengebüschen und in Waldgesellschaften der Vorberge. Auf der trockenen Ebene Sacramentos gehört sie nicht zu den wichtigsten alltäglichen wilden Nahrungspflanzen, auch wenn Zierformen in Gärten vorkommen. Es werden zwei Varietäten anerkannt, darunter var. glutinosum. Unterschiede im Blühzeitpunkt und in der Blütenfarbe dürfen daher nicht auf einen einzigen unveränderlichen Erscheinungstyp reduziert werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im frühen Frühjahr treibt der Strauch junge Blätter aus; an der milden Küste können einzelne Blüten bereits gegen Ende des Winters erscheinen. Die auffälligsten rotrosa Blütentrauben sieht man gewöhnlich zwischen März und Mai. Nach dem Verblühen bilden sich grüne Beeren, die im Sommer wachsen und dunkler werden. Reife Früchte findet man meist im Juli und August, in kühlen Gegenden gelegentlich später. Im Herbst vergilben die Blätter und fallen ab. Die dekorative Blüte im Frühjahr ist also nicht mit der Erntezeit roh essbarer Beeren zu verwechseln.



Ribes sanguineum mit hängenden rotrosa Blütentrauben, gelappten Blättern und dunklen blau bereiften Sommerbeeren

DaveGrainger · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife dunkle Beeren. Plants For A Future führt die Früchte von Ribes sanguineum ausdrücklich als roh essbar auf. Die Beeren sind klein, meist ungefähr einen Zentimeter groß oder kleiner. Ihr Geschmack ist etwas herb und bisweilen recht neutral. Eine rohe Beere schmeckt häufig erst dann angenehmer, wenn sie am Strauch ganz weich geworden ist. Noch rote oder grüne Beeren sind nicht ausgereift. Reife Früchte lassen sich frisch essen, ohne Erhitzen zu einer kleinen Beerenmasse zerdrücken oder mit süßeren Beeren mischen.

Angaben zu anderen Ribes-Arten bedeuten nicht, dass auch die Blätter und Blüten der Blut-Johannisbeere als rohe Nahrung gelten dürfen. Hier dienen sie ausschließlich zur Bestimmung. Schimmelige oder von Insekten beschädigte Beeren werden nicht verwendet, ebenso wenig Früchte von chemisch behandelten Ziersträuchern.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Gold-Johannisbeere Ribes aureum trägt gelbe Blütentrauben und insgesamt anders geformte Blätter, obwohl auch ihre reifen Beeren dunkel werden können. Ribes malvaceum hat gewöhnlich rosa Blüten zu einer anderen Jahreszeit; zudem unterscheiden sich Früchte und Behaarung. Manche besonders reich blühenden Garten-Johannisbeeren wurden aus Ribes sanguineum gezüchtet und müssen keine wild wachsende heimische Varietät darstellen. Zur Bestimmung betrachtet man Blütentrauben, Blattform und reife Früchte zusammen. In Naturschutzgebieten kann selbst die Ernte gewöhnlicher Beeren eingeschränkt sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7141
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7141
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+sanguineum
- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:317405-2

Fuchsien-Stachelbeere — scharlachrote Winterblüten und borstige Beeren · Ribes speciosum

Ribes speciosum

Zwischen den Sträuchern des südkalifornischen Küsten-Chaparrals wächst eine dornige Pflanze, deren Blüten winzigen roten Fuchsien ähneln. Ihre langen Röhren und hervorstehenden Staubblätter sind schon aus einiger Entfernung zu erkennen. Im Frühjahr und Sommer entwickeln sich anstelle der Blüten kleine rotorange Beeren mit zahlreichen Drüsenborsten. Das ist Ribes speciosum, eine heimische Fuchsien-Stachelbeere. An der Santa Clara University ist ein direkter Beleg dafür dokumentiert, dass ihre Beeren roh oder nach Zubereitung verzehrt wurden. Die borstige Oberfläche macht Sammeln und Essen allerdings erheblich schwieriger als bei einer glatten Johannisbeere.



Ribes speciosum mit hängenden scharlachroten röhrenförmigen Blüten, dornigen Zweigen und orangeroten borstig behaarten Beeren

Daderot · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Strauch wird ungefähr einen halben bis zwei Meter hoch. Seine ausladenden Triebe tragen zahlreiche Dornen an den Knoten und feine Stacheln entlang der Zwischenknoten. Die kleinen wechselständigen Blätter sind rundlich oder nur sehr flach gelappt und haben gezähnte Ränder. In feuchten Wintern können Blätter stehen bleiben, während sie bei sommerlicher Trockenheit teilweise abfallen. Die Blüten sind lang, hängend und leuchtend rot: Rote Kelchblätter bilden die Röhre, aus der rötliche Staubblätter herausragen. Sie sitzen einzeln oder in kleinen Gruppen entlang der Zweige. Nach der Bestäubung entstehen etwa einen Zentimeter lange rotorange Beeren. Sie sind oval und dicht mit Drüsenborsten besetzt, nicht glatt wie die Früchte vieler anderer Johannisbeeren. An einem Strauch können gleichzeitig Blüten, junge grüne Früchte und später reifende Beeren vorkommen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora und Flora of North America verorten Ribes speciosum im Küsten-Chaparral und Coastal Sage Scrub Zentral- und Südkaliforniens. Die Art reicht ungefähr von Monterey über Santa Barbara, Los Angeles und Orange County bis San Diego und ins nördliche Baja California. Im Sacramento Valley ist sie kein gewöhnlicher massenhaft vorkommender Wildstrauch. Man sucht sie eher an entsprechenden Küstenhängen und in ihren natürlichen Pflanzengesellschaften. Manchmal wird sie wegen ihrer auffälligen Winterblüten in Gärten angepflanzt; eine Zierpflanzung bedeutet jedoch keineswegs, dass dort Nahrung gesammelt werden darf.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Flora of North America beschreibt eine lange Blütezeit von November bis Juni, auch wenn die auffälligsten roten Blüten häufig im Spätwinter und frühen Frühjahr erscheinen. Danach entwickeln sich grüne borstige Früchte. Abhängig von Winterregen und Temperaturen reifen sie im Frühjahr oder Frühsommer zu weicheren, orangeroten Beeren. Bei ausgeprägter sommerlicher Dürre kann das Laub dünner werden. Die rote Röhre im Winter ist eine Blüte, noch keine essbare Frucht. Zwischen Blüte und Fruchtreife liegen Wochen oder Monate.



Ribes speciosum mit hängenden scharlachroten röhrenförmigen Blüten, dornigen Zweigen und orangeroten borstig behaarten Beeren

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reifes Fruchtfleisch rotoranger Beeren. Die Santa Clara University berichtet im Zusammenhang mit dem Wissen der örtlichen Ohlone ausdrücklich, dass Beeren von Ribes speciosum roh oder nach dem Zubereiten gegessen wurden. Die Früchte schmecken herb und säuerlich und enthalten meist nur wenig Fruchtfleisch. Die dichten Drüsenborsten können den Mund verletzen. Vor dem Essen muss man die weiche Fruchtmasse von der borstigen Schale trennen; wenn dies nicht ohne Verletzungsgefahr gelingt, lässt man die Beere besser den Vögeln.

Frisch zerdrücktes Fruchtfleisch. Das vollständig reife Innere kann unmittelbar verzehrt werden. Die nachgewiesene Essbarkeit macht weder Dornen an den Zweigen noch harte Borsten und unreife Früchte zu Nahrung. Es handelt sich eher um einen seltenen saisonalen Beerengeschmack als um eine Pflanze zur täglichen Sättigung.

Blüten, Blätter, Wurzeln und Triebe sind hier lediglich Bestimmungsmerkmale. Von chemisch behandelten Gartensträuchern darf nichts als Nahrung gesammelt werden.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die nahe verwandte Ribes divaricatum trägt dunkelpurpurne Beeren und unauffälligere Blüten. Ihr fehlen die außergewöhnlich langen leuchtend roten hängenden Blütenröhren. Ribes malvaceum blüht in rosa Trauben und hat gewöhnlich keine großen kräftigen Dornen an den Zweigen. Ein einzelnes dorniges Blatt genügt für die Bestimmung nicht; Blüten und Früchte sollten zu sehen sein. In Küstengebüschen dürfen Zweige der giftigen Westlichen Gifteiche nicht versehentlich mit der Stachelbeere verwechselt werden. Dornenreiche Triebe, die nach sommerlicher Dürre weder Blüten noch andere Merkmale zeigen, sollten unbeerntet bleiben.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7145
- https://efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=250065837
- https://www.scu.edu/community-heritage-lab/ohlone-heritage-hub/ohlone-native-plant-garden/fuchsia-flowered-gooseberry/
- https://www.calfloranursery.com/plants/ribes-speciosum/

Samtige Wüsten-Stachelbeere — kleine behaarte Früchte trockener Berghänge · Ribes velutinum

Ribes velutinum

An trockenen Hängen Ostkaliforniens kann man zwischen Wacholder und Beifuß einen dornigen laubabwerfenden Strauch mit kleinen gelappten Blättern entdecken. Im Frühjahr trägt er unscheinbare gelbliche Blüten, gegen Herbst kleine samtige Beeren von Purpur bis Dunkelrot. Dies ist Ribes velutinum, die Samtige Wüsten-Stachelbeere. Im Unterschied zu Stachelbeeren mit langen harten Stacheln auf der Fruchthaut sind ihre Beeren von kurzen weichen Haaren bedeckt. Vollständig reife Früchte werden roh gegessen; ihr Fruchtfleischanteil ist gering, die Samen nehmen viel Platz ein.



Ribes velutinum als dorniger Strauch mit kleinen gelappten Blättern, blassen Blüten und dunkelroten samtig behaarten Beeren

Jim Morefield (James D. Morefield) · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Strauch erreicht gewöhnlich einen halben bis anderthalb Meter Höhe, an feuchteren Hängen manchmal zwei Meter. Er ist stark verzweigt. Viele Triebe sind dünn und enden in kurzen scharfen Zweigspitzen. An den Knoten stehen feste Dornen, wodurch er sich von den meisten Johannisbeeren mit glatten Zweigen unterscheidet. Die wechselständigen, rundlichen Blätter sind drei- bis fünflappig, gezähnt und häufig fein behaart. Im Frühjahr erscheinen an kurzen Blütenstielen kleine grünlichgelbe, cremefarbene oder leicht rosa getönte Blüten. Die Früchte entwickeln sich einzeln oder in kleinen Gruppen, sind anfangs grün oder gelblich und werden später rotpurpurn bis fast dunkel. Ihr reifer Durchmesser beträgt nur wenige Millimeter, häufig vier bis neun. Die Haut trägt kurze samtige Haare statt großer starrer Stacheln. Im Inneren befinden sich zahlreiche kleine Samen. Im Sommer können die Blätter vertrocknen, während die Früchte sogar an einem nur noch spärlich belaubten Strauch reifen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora zählt Ribes velutinum mit nahezu tausend Beobachtungen zu den heimischen kalifornischen Arten. Besonders typisch sind Sagebrush Scrub, Pinyon-Juniper Woodland und Yellow Pine Forest an den Osthängen der Sierra Nevada und in wüstenartigen Bergregionen. Der Strauch wächst von Höhenlagen einiger Hundert bis zu mehr als zweitausend Metern. In der städtischen Ebene des Sacramento Valley sind dichte natürliche Bestände nicht zu erwarten. Geeigneter sind die trockeneren inneren Gebirge mit Beifuß und Wacholder. An manchen Hängen kann die Art relativ häufig sein; wegen der winzigen Früchte bleibt der Beerenertrag dennoch gering. Auch andere Ribes-Arten wachsen dort, weshalb der Fundort eine genaue Bestimmung nicht ersetzt.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Schneeschmelze oder Regen öffnen sich im Frühjahr neue Blätter und kleine helle Blüten. In den Vorbergen geschieht das häufig zwischen März und Mai, an höher gelegenen Hängen später; Plants For A Future nennt ungefähr März bis Juni als Blütezeit. Im frühen Sommer bilden sich zunächst grüne Fruchtansätze. Allmählich werden die Früchte dunkler und weicher. Reife samtige Beeren sind meist im Spätsommer und Herbst verfügbar, ungefähr zwischen August und Oktober, abhängig von der örtlichen Höhenlage. An sehr trockenen Standorten können Früchte früher schrumpfen und eintrocknen, ohne zuvor viel weiches saftiges Fruchtfleisch entwickelt zu haben. Roh verwendet werden nur gesunde, vollständig reife, nicht verschimmelte Beeren.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife samtige Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Ribes velutinum. Meist schmecken sie mild süßlich mit etwas Säure, gelegentlich weniger ausgeprägt als gute Garten-Stachelbeeren. Die weichen Härchen der Fruchthaut sind keine harten Nadeln. Beschädigte Früchte oder solche mit dornigen und verschmutzten Fruchtstielen werden dennoch besser nicht gesammelt. Die Samen sind zahlreich, aber klein. Die Beeren eignen sich als kleine frische Ergänzung.

Frische oder natürlich getrocknete Früchte. Die artspezifische Quelle nennt sowohl frische als auch getrocknete reife Beeren als Nahrung. Zur Vorratshaltung ohne Feuer braucht man einen trockenen, gut belüfteten Platz. Unvollständiges Trocknen in einem warmen Fahrzeug führt zu Schimmel. Grüne unreife Früchte dürfen nicht als gleichwertig mit weichen dunklen reifen Beeren betrachtet werden.

Andere Pflanzenteile werden nicht gegessen. Für dornige Stängel, Blätter, Rinde, Blüten und Wurzeln ist hier keine eigenständige rohe Verwendung belegt. Auch bei sicherer Bestimmung sollte man nicht die gesamte kleine Ernte eines Strauchs in seinem natürlichen Lebensraum abpflücken.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes roezlii besitzt häufig größere Früchte mit auffälligen harten Stacheln. Ribes californicum kommt überwiegend in Küstengebirgen vor und trägt ebenfalls teils dornige Beeren, unterscheidet sich jedoch in Blüten- und Blattmerkmalen. Ribes cereum hat meist keine großen Dornen an den Stängeln; seine reifen Beeren sind rötlich. Für die Samtige Wüsten-Stachelbeere ist die Kombination aus dornigem trockenheitsangepasstem Strauch, kleinen hellen Blüten und weich behaarten dunklen Beeren wichtig. Allein anhand eines Beerenfotos ohne Zweige und Blätter lässt sich die Art nicht bestimmen. Bei starker Hitze können Früchte trocken und ungenießbar werden; das weist nicht auf eine besondere Unterart hin.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7148
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+velutinum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Desert_gooseberry,_Ribes_velutinum_(15867751000).jpg

Klebrige Johannisbeere — helle Blüten und dunkle Beeren der nördlichen Berge · Ribes viscosissimum

Ribes viscosissimum

In einem kühlen nordkalifornischen Kiefernwald fällt mitunter ein niedriger Strauch mit rundlichen, leicht klebrig wirkenden Blättern auf. Im Frühjahr öffnen sich kleine grünlichgelbe Blüten; bis zum Sommer reifen dunkle Beeren heran. Das ist Ribes viscosissimum, die Klebrige Johannisbeere. Ihre vollständig reifen Früchte lassen sich roh essen, und einige Nahrungsquellen bewerten ihren Geschmack positiv. Der Strauch bleibt allerdings vergleichsweise klein und ist auf der trockenen Ebene von Sacramento viel seltener als an feuchten Gebirgswaldrändern.



Ribes viscosissimum mit klebrig-drüsigen gelappten Blättern, kleinen grünlichgelben Blüten und fast schwarzen reifen Beeren

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Klebrige Johannisbeere ist ein laubabwerfender Strauch von ungefähr einem halben bis anderthalb Meter Höhe, mit mehreren dünnen verholzten Zweigen. Junge Triebe, Blattstiele und manchmal auch die Blätter tragen klebrige Drüsenhaare. Die wechselständigen rundlichen Blätter besitzen drei bis fünf Lappen und einen gezähnten Rand; verglichen mit den riesigen Blättern von Ribes bracteosum sind sie recht klein. Auf der Oberseite erkennt man feine Haare und ein typisches Netz von Blattadern. Die unscheinbaren Blüten erscheinen einzeln oder in kleinen Gruppen; sie sind meist grünlich oder cremefarben, manchmal mit leichtem Rosaton. Der Kelch ist deutlicher zu sehen als die winzigen Kronblätter. Nach der Bestäubung entstehen rundliche, ungefähr einen Zentimeter große Beeren. Anfangs grün, werden sie rotpurpurn und schließlich fast schwarz. Reife Beeren enthalten weiche Fruchtmasse mit zahlreichen kleinen Samen. Die Klebrigkeit der Triebe ist in der frischen frühen Wachstumsphase besonders deutlich; später trocknen manche Drüsenhaare aus.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Ribes viscosissimum als heimischen kalifornischen Strauch und dokumentiert Hunderte Beobachtungen aus Sagebrush Scrub, Yellow Pine Forest, Red Fir Forest sowie nördlichen Wacholdergesellschaften. Er bevorzugt kühle lichte Wälder, Waldränder, Lichtungen und feuchtere Berghänge. Kalifornische Fundmeldungen konzentrieren sich auf die Sierra Nevada sowie nördliche und östliche Berg-Countys. Auf der heißen städtischen Ebene von Sacramento sollte Reisenden nicht versprochen werden, ihn in jedem Park zu finden. An manchen Gebirgswaldrändern wachsen mehrere Sträucher zusammen; der Beerenertrag hängt aber von Sommerfeuchtigkeit, Licht und den Besonderheiten des jeweiligen Jahres ab.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Schneeschmelze erscheinen frische gelappte Blätter und kurze Blütengruppen. In niedrigeren Berglagen fällt das etwa auf April oder Mai, weiter oben oft erst auf Juni. Nach der Bestäubung bleiben die Beeren einige Wochen grün und wachsen. Vollständige Reife erreichen die dunklen Früchte gewöhnlich im Sommer, etwa zwischen Juli und September, je nach Höhenlage. Ein blühender Strauch liefert noch keine essbare Beerenernte, und eine rötliche Beere ist nicht unbedingt ganz reif. Im frühen Herbst vergilbt das Laub und fällt ab; einige Beeren bleiben hängen, trocknen aber rasch ein oder werden von Vögeln gefressen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur vollständig reife Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Ribes viscosissimum. Die ungefähr einen Zentimeter großen Früchte sind bei Reife weich. Sie können süßsäuerlich schmecken und eine typische Johannisbeernote besitzen. Wegen der Drüsenhaare an Fruchtstielen und Trieben werden die Beeren vorsichtig einzeln gelöst; ganze Zweigbüschel mitsamt dem Grün sollte man nicht mitnehmen. Reife Beeren kann man einzeln essen oder ohne Erwärmen zu einer kalten Fruchtmasse zerdrücken.

Vorsicht bei der Aufbewahrung. Zarte Beeren werden in der Wärme schnell zerdrückt. Auf Reisen ohne Kochmöglichkeit ist es sinnvoller, sie frisch zu essen und keine faulenden oder von Insekten befallenen Früchte mitzunehmen. Die Quelle bestätigt die Essbarkeit gerade der Früchte. Blätter, Triebe, Blüten, Wurzeln und Rinde gehören daher nicht zu den belegten rohen Nahrungsmitteln.

Vergleich der Nahrungseigenschaften. Einige Ribes-Früchte enthalten reichlich Fruchtsäuren, doch Größe und Zusammensetzung dieser Art lassen sich nicht automatisch mit Garten-Johannisbeeren gleichsetzen. Selbst bei sicherer Bestimmung beginnt man besser mit einer kleinen Portion, weil die persönliche Verträglichkeit unterschiedlich ist.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ribes nevadense besitzt lange rosarote Blütentrauben und meist weniger stark klebrige Zweige. Ribes bracteosum hat riesige Blätter und lange orangefarbene Blütenstände und wächst in feuchten Wäldern der Nordküste. Ribes cereum bevorzugt trockenere steinige Gebirgshänge und trägt gewöhnlich rötliche reife Früchte. Echte Stachelbeeren wie Ribes roezlii und Ribes lacustre können kräftige Dornen an den Zweigen haben. Klebrigkeit allein ist kein sicherer Artnachweis. Blatt, Blüte, reife Beere und geografische Region müssen zusammenpassen. Unbekannte Pflanzen mit dunklen Beeren werden nicht gekostet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7151

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+viscosissimum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ribes_viscosissimum_15279.JPG

Gewöhnliche Sumpfkresse — junge Blätter und Triebe an feuchtem Boden · Rorippa palustris

Rorippa palustris

Am feuchten Rand eines Teichs oder in einer Auenmulde siedelt sich nicht selten ein kleines Kreuzblütengewächs mit tief geteilten Blättern und winzigen gelben Blüten an. Es verträgt nassen Boden gut und kann frisch freigelegten Schlamm rasch besiedeln. Dies ist Rorippa palustris, die Gewöhnliche Sumpfkresse, eine heimische Art. Ihre jungen Blätter und Stängel werden ausdrücklich als roh essbar beschrieben. Die Sauberkeit des Gewässers ist dabei jedoch wichtiger als die Verlockung des frischen Grüns.



Rorippa palustris mit geteilten unteren Blättern, kleinen vierzähligen gelben Blüten und kurzen zylindrischen Schötchen

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Ein einjähriges oder kurzlebig ausdauerndes Kraut, gewöhnlich 20 bis 70 Zentimeter hoch, mit aufrechten oder aufsteigenden verzweigten Stängeln. Die unteren Blätter sind meist fiederteilig, mit rundlichen oder gezähnten seitlichen Abschnitten und einem größeren Endabschnitt. Weiter oben werden die Blätter kleiner und sind teilweise weniger tief geteilt. Die winzigen gelben Blüten besitzen vier kreuzförmig stehende Kronblätter und bilden länger werdende Trauben. Die Früchte sind kurze, leicht aufgeblähte zylindrische Schötchen an dünnen Fruchtstielen. Äußerlich ähnelt die Pflanze anderen Arten der Gattung Rorippa. Gelbe Blüten allein genügen deshalb zur Bestimmung nicht.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Rorippa palustris kommt in Kalifornien auf nassen Böden an Teichen, Flüssen, Gräben und zeitweise überfluteten Flächen vor. Ihr Vorkommen bedeutet weder, dass das Wasser trinkbar ist, noch dass das dortige Grün roh verzehrt werden kann. Oft wachsen die Triebe dort, wo Schlamm, Fäkalien, landwirtschaftliche Abwässer und Krankheitserreger zusammenkommen. Selbst an natürlichen Wasserläufen, besonders wenn Nutz- oder Wildtiere Zugang haben, lässt sich die Sicherheit ungekochter Pflanzen nach ihrem Aussehen praktisch nicht gewährleisten.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Sobald der Boden dauerhaft feucht ist, keimen die Samen, und die Pflanze bildet rasch junge weiche Blätter. In Zentral- und Nordkalifornien geschieht dies meistens im Frühjahr und Frühsommer. An der kühlen Küste kann sich die Wachstumszeit verlängern. Danach öffnen sich gelbe Blüten, und zahlreiche kurze Schötchen entstehen. Trocknet das Ufer aus, wird das Grün zäh, und die Pflanze kann ihren Lebenszyklus abschließen. Entscheidend für die Saison ist vor allem die Feuchtigkeit des Standorts, nicht nur der Kalendermonat.



Rorippa palustris mit geteilten unteren Blättern, kleinen vierzähligen gelben Blüten und kurzen zylindrischen Schötchen

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter, zarte Stängel und Keimlinge. Plants For A Future zählt diese Teile von Rorippa palustris ausdrücklich zur Rohkost. Junge Triebe schmecken senfartig und leicht scharf. Die grundsätzliche Essbarkeit der Art bedeutet jedoch nicht, dass eine konkrete Pflanze sicher ist: Rohe Blätter aus unbekannten natürlichen Gewässern können mit gefährlichen Mikroorganismen und Parasiten belastet sein. Gewöhnliches Abspülen garantiert keine Desinfektion. Deshalb ist ein Rohverzehr allenfalls bei sicher bestimmter Art aus kontrollierter sauberer Erde mit nachweislich sicherem Wasser zu erwägen, nicht als Einladung, Sumpfkresse aus jedem Straßengraben zu sammeln. Wurzeln und reife Samen gehören nicht zur hier beschriebenen Nahrung ohne Feuer.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Andere Arten der Gattung Rorippa, etwa Rorippa nasturtium-aquaticum, unterscheiden sich durch Größe und Farbe der Kronblätter, Form der Schötchen und Blattbau. Einige kleine Cardamine-Arten tragen ähnliche geteilte Blätter, aber weiße Blüten und schmalere Früchte. Bei gelb blühenden Kreuzblütlern nasser Standorte erfordert eine sichere Artbestimmung häufig reife Früchte. Nicht jeder grüne Trieb am Bach ist essbare Sumpfkresse. Selbst wenn alle botanischen Merkmale übereinstimmen, kann die Verschmutzung des Wassers ein eigenständiger Grund sein, auf die rohe Ernte zu verzichten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7171
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rorippa+palustris
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rorippa_palustris_sl62.jpg

Kalifornische Wildrose — rosa Blüten und rote Hagebutten · Rosa californica

Rosa californica

An feuchten Waldrändern, Flussufern und auf Waldlichtungen Kaliforniens blüht im Sommer eine heimische Wildrose. Ihre rosafarbenen Blüten mit fünf Kronblättern sieht man schon von Weitem. Bis zum Herbst entstehen an ihrer Stelle rote längliche Früchte, die Hagebutten. Ihre äußere dünne Fruchtfleischschicht ist essbar. Im Innern befinden sich jedoch Nüsschen und reizende Härchen. Deshalb kann man eine Hagebutte nicht bedenkenlos im Ganzen essen.



Rosa californica mit offenen rosa fünfzähligen Blüten, gefiederten gezähnten Blättern, bogenförmigen stacheligen Zweigen und roten Hagebutten

Paula Kate Marmor (PKM) · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Rosa californica ist ein ausdauernder laubabwerfender stacheliger Strauch, meist ein bis zwei oder drei Meter hoch. Die langen bogenförmigen Zweige können sich mit benachbarten Sträuchern verflechten. An ihnen sitzen gerade oder gebogene Stacheln, besonders an jungen Trieben.

Die Blätter sind gefiedert und zusammengesetzt: Entlang einer Mittelachse stehen mehrere kleine ovale, am Rand gezähnte Fiederblättchen. Meist sind es fünf bis sieben, gelegentlich mehr. Die Blätter wirken grün und eher matt; ihre einzelnen Fiederblättchen sind viel kleiner als die breiten ungeteilten Blätter einer Eiche oder von Salal.

Die Blüte ist meist blassrosa, offen und besitzt fünf Kronblätter sowie zahlreiche gelbe Staubblätter in der Mitte. Sie erscheint einzeln oder in kleinen Gruppen. Anschließend entwickeln sich ovale, mitunter etwas längliche Hagebutten, die ihre Farbe von Grün über Orange zu Rot verändern. An ihrer Spitze bleiben Reste der Kelchblätter stehen. Im Inneren liegen harte Nüsschen und die sie umgebenden steifen Härchen.



Rosa californica mit offenen rosa fünfzähligen Blüten, gefiederten gezähnten Blättern, bogenförmigen stacheligen Zweigen und roten Hagebutten

Cliff Hutson · CC BY 2.5 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Die Kalifornische Wildrose kommt in verschiedenen Regionen des Bundesstaates vor: an feuchteren Stellen des Sacramento Valley, in Küsten- und Vorlandgebüschen, an Bächen, auf Wiesenrändern und in Schluchten. Sie ist eine heimische Art, die besonders an Wasserläufen und dort auffällt, wo ihre Wurzeln auch während trockener Sommer genügend Feuchtigkeit finden.

Manchmal bilden die Sträucher recht dichte Bestände. An völlig trockenen offenen Hängen und in den Wüsten sind sie jedoch nicht ebenso häufig. Eher entdeckt man die Rose in feuchtem Ufergebüsch als zwischen bloßen Steinen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr bildet die Pflanze Blätter und neue grüne Triebe. In Kalifornien blüht sie gewöhnlich im späten Frühjahr und frühen Sommer. Je nach Region sieht man die rosa Blüten etwa von Mai bis Juli.

Die Früchte entwickeln sich im Sommer und färben sich vom Spätsommer bis in den Herbst rot. Reife Hagebutten findet man meist von August bis Oktober. In kühleren Lagen können sie auch nach den ersten Frösten länger am Strauch hängen. Im Herbst werden die Blätter gelb und fallen ab, während rote Früchte mitunter an den kahlen Zweigen zurückbleiben.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Die reife fleischige äußere Schicht der Hagebutte. Sie kann roh gegessen werden, sobald die Frucht rot und weich geworden ist. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich für Rosa californica essbare rohe Früchte. Es handelt sich um eine dünne Fruchtfleischschicht um die harten inneren Bestandteile, nicht um eine saftige Beere, die man ohne Trennung vollständig essen könnte.

Im Inneren liegen harte Nüsschen und feine steife Härchen. Für den Rohverzehr verwendet man allein das äußere Fruchtfleisch und entfernt die reizenden Härchen vollständig, weil sie Schleimhäute verletzen können. Bei den Chumash und anderen kalifornischen Völkern finden sich Berichte zur Verwendung von Hagebutten. Angaben über die Gattung Rosa im Allgemeinen dürfen jedoch nicht ohne Weiteres ausschließlich Rosa californica zugeschrieben werden. Der Nachweis für den Rohverzehr des äußeren Fruchtfleischs stammt in diesem Artikel aus der artspezifischen Quelle Plants For A Future.

Die Rose besitzt schöne Blüten. Sie werden hier aber nicht als für Rosa californica ausdrücklich bestätigte rohe Nahrung geführt. Als Nahrung ohne Feuer wird vor allem die reife Frucht beschrieben.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Eine Wildrose besitzt bogenförmige stachelige Zweige, zusammengesetzte Blätter aus gezähnten Fiederblättchen und offene Blüten mit fünf rosa Kronblättern. Verwechseln lässt sie sich mit anderen Arten der Gattung Rosa, einschließlich verwilderter Gartenrosen und verwandter heimischer Wildrosen. Für die genaue Artbestimmung betrachtet man Form der Stacheln, Blätter und Kelchblätter an den Hagebutten zusammen. Ähnlich rote Beeren anderer Sträucher dürfen ohne typische Rosenmerkmale nicht Hagebutten genannt werden.

Bei jungen Sträuchern ohne Blüten oder Früchte können weitere kalifornische Rosen fast gleich aussehen. Unbekannte rote Früchte werden nicht durch Probieren bestimmt. Echte Hagebutten erkennt man durch die Merkmale der Rosenblüte, gefiederte gezähnte Blätter und typische stachelige Zweige. Beim Vorbereiten des rohen Fruchtfleischs müssen sämtliche steifen inneren Härchen vollständig von der essbaren Schicht getrennt werden.

QUELLEN

- Calflora, Rosa californica: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7179
- Plants For A Future, Rosa californica, roh essbares äußeres Fruchtfleisch: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Rosa+californica
- California State Parks, ethnobotanische Hinweise zu Wildrosen: https://www.parks.ca.gov/

Hundsrose — rote Herbsthagebutten und weißrosa Blüten · Rosa canina

Rosa canina

An alten Hecken, entlang von Waldwegen und neben verlassenen Gärten zieht sich gelegentlich ein hoher Strauch mit langen gebogenen Trieben und hellrosa Blüten entlang. Bis zum Herbst sind seine Zweige mit leuchtend roten länglichen Früchten besetzt. Dies ist die Hundsrose Rosa canina, eine aus Europa eingeführte und in Teilen Kaliforniens verwilderte Art. Als Nahrung eignet sich die äußere fleischige Schicht einer reifen Hagebutte, nicht ihr stachelig behaartes Inneres.



Rosa canina mit langen bogenförmigen bedornten Zweigen, weißrosa fünfblättrigen Blüten und länglichen roten reifen Hagebutten

Júlio Reis (Tintazul) · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Gewöhnlich ist es ein laubabwerfender Strauch von 1,5 bis 3 Metern Höhe mit langen bogenförmigen Zweigen. Auf ihnen sitzen große rückwärts gebogene Stacheln, die an kleine Haken erinnern. Die wechselständigen Blätter sind unpaarig gefiedert und tragen meistens fünf bis sieben eiförmige Fiederblättchen mit feinen spitzen Zähnen. Junge Blätter sind zartgrün, ältere fester. Die Blüten stehen einzeln oder zu mehreren, messen einige Zentimeter im Durchmesser und haben fünf weiße oder blassrosa Kronblätter sowie gelbe Staubblätter. Die Hagebutte ist oval, rot oder orangerot und meist etwa zwei Zentimeter lang. An ihrer Spitze können trockene Kelchblattreste sitzen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Rosa canina als nicht heimischen Strauch Kaliforniens, dokumentiert aber nur eine geringe Zahl von Fundstellen. Einzelne Pflanzen stehen an Waldrändern, Straßen und früheren Pflanzungen, vor allem in kühleren nördlichen und küstennahen Gegenden. Im Sacramento Valley sollte man die Art nicht für eine gewöhnliche wilde Hagebuttenrose halten: Die heimische Rosa californica und andere Arten kommen dort häufiger vor. Pflanzen unmittelbar an Fernstraßen, auf chemisch behandelten Flächen und bei Abwasserabflüssen sind als Nahrung ungeeignet.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima entfalten sich Blätter und Blüten vom Frühjahr bis zum Frühsommer. Die Früchte wachsen während des Sommers und werden im Herbst rot, häufig zwischen August und Oktober. An kalten Standorten können sie länger am Strauch bleiben. Nach kühlen Nächten wird das Fruchtfleisch oft weicher und erscheint süßer. Grüne, harte unreife Hagebutten sind geschmacklich unangenehm und werden nicht gesammelt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reifes äußeres Hagebuttenfruchtfleisch. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Rosa-canina-Früchten ausdrücklich. Die rote Hagebutte wird aufgeschnitten. Sämtliche harten Nüsschen und vor allem die feinen reizenden Härchen müssen entfernt werden. Anschließend isst man nur die gereinigte weiche Fruchtwand. Aus ihr lässt sich auch ein kaltes Püree herstellen. Lassen sich Nüsschen und Härchen nicht zuverlässig entfernen, verzichtet man auf die Frucht.

Blütenblätter. Plants For A Future nennt sie ebenfalls als roh essbar, nachdem man den bitteren weißen Ansatz entfernt hat. Sie sind eine kleine saisonale Ergänzung, keine nennenswerte Nahrungsquelle.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Alle echten Wildrosen der Gattung Rosa besitzen zusammengesetzte gezähnte Blätter, typische Blüten und stachelige Triebe. Eine genaue Artbestimmung ist wegen zahlreicher Hybriden aber manchmal schwierig. Bei Rosa rubiginosa riechen die Blätter beim Zerreiben nach Äpfeln; ihre Blattunterseiten tragen duftende Drüsen. Die heimische Rosa californica bildet gewöhnlich andersartige Bestände und unterscheidet sich in der Kombination aus Blüten- und Blattmerkmalen. Nicht jedes rote beerenähnliche Gebilde ist eine Hagebutte: Man untersucht Zweige, Stacheln, Blätter und die aus den Blüten erhaltenen Merkmale.

QUELLEN

- Calflora — Rosa canina: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7180
- Plants For A Future — Rosa canina: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+canina
- University of Alaska Extension — Wild Roses: https://www.uaf.edu/ces/publications/database/food/wild-roses.php

Kahle Waldrose — kleine rosa Blüten und Hagebutten ohne bleibende Kelchblätter · Rosa gymnocarpa

Rosa gymnocarpa

Im Schatten von Eichen und Küstenmammutbäumen Nordkaliforniens wächst gelegentlich ein niedriger Strauch mit zarten gefiederten Blättern und kleinen rosa Blüten. Später erscheinen an den Zweigen kleine rote Hagebutten, deren Spitze fast kahl aussieht: Die Kelchblätter fallen nach der Blüte früh ab. Das ist Rosa gymnocarpa, die Kahle Waldrose. Die reife äußere Fruchtmasse lässt sich roh essen, im Frühjahr außerdem zarte Triebe und Blütenblätter. Im Inneren jeder Hagebutte sitzen jedoch harte Nüsschen mit reizenden Härchen. Sie müssen vollständig entfernt werden.



Rosa gymnocarpa mit kleinen hellrosa fünfzähligen Blüten, gefiederten Blättern und roten Hagebutten mit kahler Spitze

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch ist meist einen halben bis anderthalb Meter hoch, in feuchten Wäldern gelegentlich größer. Seine dünnen rotbraunen Triebe tragen kleine feste Stacheln, oft weniger zahlreich als bei dichten Küstenrosen. Die wechselständigen gefiederten Blätter bestehen gewöhnlich aus fünf bis sieben kleinen ovalen Blättchen, deren Ränder fein gezähnt sind. Im Frühjahr stehen einzelne oder wenige Blüten mit fünf hellrosa Kronblättern und vielen gelben Staubblättern am Strauch. Sie sind häufig kleiner als die Blüten großblumiger Gartenrosen. Nach der Bestäubung bildet sich eine runde oder eiförmige rote Hagebutte. Kennzeichnend ist, dass sich die Kelchblätter an der Spitze beim Reifen oft ablösen und ein glatteres Fruchtende hinterlassen. Beim Aufschneiden sieht man nicht einen einzigen Stein, sondern mehrere feste Nüsschen, die von dünnen steifen Haaren umgeben sind. Im Herbst werden die Fiederblättchen gelb und fallen ab; die Hagebutten können noch eine Zeit lang am Zweig bleiben.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Rosa gymnocarpa als heimische kalifornische Art mit Hunderten Beobachtungen aus Marin, Del Norte, Humboldt, Sonoma, Santa Cruz sowie nördlichen Berg-Countys. Sie wächst im Halbschatten von Wäldern, unter Eichen und Küstenmammutbäumen, an Rändern gemischter immergrüner und von Nadelwäldern. In der heißen offenen Ebene des Sacramento Valley gehört sie nicht zu den häufigen Rosen. In den kühleren Vorbergen von Placer und El Dorado ist sie deutlich wahrscheinlicher. Kalifornische Gärtnereien beschreiben einen ungefähr ein bis anderthalb Meter hohen Strauch, der nach dem Anwachsen sommerliche Dürre ertragen kann. Seine Hagebuttenernte ist kleiner als bei manchen hohen Rosen. Man nimmt deshalb nur einzelne Früchte, ohne den Strauch zu beschädigen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den winterlichen Niederschlägen entwickeln sich im Frühjahr neue Blättchen und weiche grüne Triebspitzen. Die rosa Blüten öffnen sich gewöhnlich im Mai oder Juni, im Gebirge manchmal später. Unmittelbar danach wachsen zunächst grüne Hagebutten, die sich im Sommer rot färben. Vollreife Früchte findet man meist im Spätsommer und Herbst; nach den ersten kühlen Nächten werden sie gelegentlich weicher. Ein lediglich rotes, aber noch hartes junges Früchtchen ist nicht mit einer reifen Hagebutte gleichzusetzen. An der feuchten Küste können alte Hagebutten schon vor dem Winter verschimmeln, obwohl ihre rote Farbe erhalten geblieben ist. Die zarten Frühlingsblätter und -triebe sind im Herbst längst grob geworden.



Rosa gymnocarpa mit kleinen hellrosa fünfzähligen Blüten, gefiederten Blättern und roten Hagebutten mit kahler Spitze

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Die äußere Fruchtmasse reifer Hagebutten. Plants For A Future bestätigt für Rosa gymnocarpa ausdrücklich den Rohverzehr. Die rote Fruchthaut mit ihrer dünnen fleischigen Schicht schmeckt süßsäuerlich und manchmal nach kühlen Nächten angenehmer. Die Frucht muss aufgeschnitten werden; sämtliche inneren Nüsschen und besonders die sie umgebenden feinen Härchen werden vollständig entfernt. Diese können Mund und Verdauungstrakt reizen. Wenn das Reinigen einer so kleinen Frucht ohne geeignete Hilfsmittel schwierig ist, verzichtet man besser darauf, als Haare zu verschlucken.

Frühlingstriebe. Die artspezifische Quelle bestätigt auch zarte junge Triebspitzen als rohe Nahrung. Verwendet werden sie nur nach dem Entfernen aller stacheligen äußeren Teile und bei sicherer Artbestimmung. Alte feste Zweige werden nicht gegessen.

Blütenblätter. Auch frische rosa Kronblätter lassen sich roh essen. Die Quelle empfiehlt, ihren weißlichen bitteren Ansatz zu entfernen. Es sind kleine Blütenblätter, also lediglich eine saisonale Ergänzung. Man pflückt nicht alle Blüten eines kleinen Strauchs, damit später auch Früchte für die Vögel bleiben.

Samen, Wurzeln, Rinde und ausgewachsene Blätter gehören nicht zur empfohlenen rohen Nahrung dieses Artikels.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Rosa woodsii subsp. ultramontana, die ebenfalls im Atlas beschriebene Gebirgsrose, wächst oft in offeneren Gebirgsgesellschaften. Ihre Kelchblätter verhalten sich am reifen Fruchtkörper anders. Rosa nutkana hat meist größere rosa Blüten und größere Hagebutten. Rosa californica bildet dicht bedornte Bestände an Flussufern und besitzt andere Blütenstände. Für Rosa gymnocarpa sprechen besonders kleine einzelne Blüten, Halbschatten des Waldes und die kahle Spitze reifer Früchte. Einen Strauch nur anhand einer Hagebutte ohne Blätter oder Blüten zu bestimmen ist nicht ratsam. Mit Pestiziden behandelte Gartenrosen sind keine Rohkostquelle.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7182
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+gymnocarpa
- https://www.calfloranursery.com/plants/rosa-gymnocarpa/

Vielblütige Rose — weiße Blütentrauben und kleine rote Hagebutten · Rosa multiflora

Rosa multiflora

An einer alten Hecke oder entlang eines verlassenen ländlichen Grundstücks kann ein riesiger dorniger Strauch mit bogenförmigen Trieben wachsen. Im späten Frühjahr ist er mit unzähligen kleinen weißen Blüten in Trauben bedeckt. Im Herbst bleiben Hunderte winzige rote Hagebutten zurück. Es ist Rosa multiflora, die Vielblütige Rose, eine aus Ostasien stammende, stellenweise in Kalifornien verwilderte Art. Essbar ist die äußere Fruchtmasse reifer Hagebutten, zu Beginn des Wachstums außerdem zarte junge Blätter und Triebe.



Rosa multiflora mit großen verzweigten weißen Blütenrispen, gefransten Nebenblättern, dornigen Ranken und vielen kleinen roten Hagebutten

Jarka D · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende oder teilweise immergrüne Strauch bildet lange überhängende oder am Boden kriechende Ranken von mehreren Metern Länge. Die Zweige tragen zahlreiche kräftige rückwärts gebogene Stacheln. Die wechselständigen zusammengesetzten Blätter bestehen gewöhnlich aus fünf bis neun kleinen gezähnten Fiederblättchen. Am Ansatz des gemeinsamen Blattstiels sitzen auffällig gefranste, kammförmig wirkende Nebenblätter; sie sind ein charakteristisches Bestimmungsmerkmal. Die großen verzweigten Blütenstände tragen Dutzende kleine, ungefähr zwei Zentimeter breite Blüten. Jede besitzt fünf weiße, manchmal rosa überlaufene Kronblätter und viele gelbe Staubblätter. Im Herbst folgen rundliche leuchtend rote Hagebutten von etwa fünf bis acht Millimetern Durchmesser. Innen liegen zahlreiche harte Nüsschen mit feinen reizenden Härchen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Rosa multiflora als nicht heimische Art aus einzelnen Regionen Kaliforniens. Sie wächst an alten Hecken, gestörten Waldrändern und gelegentlich an feuchten Stellen, wohin Vögel die Samen verbreiten. Im Osten der Vereinigten Staaten gilt sie als stark invasiver Strauch. In Kalifornien ist die Verbreitung dagegen ungleichmäßig; große dornige Dickichte gehören hier oft anderen Rosen oder Brombeeren. Im Sacramento Valley können einzelne Pflanzen nahe Siedlungen vorkommen, dürfen jedoch nicht als allgegenwärtige wilde Nahrungsquelle an Flussufern betrachtet werden. Ein Strauch auf Privatgrund gehört dem Grundstückseigentümer.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entfalten sich dünne neue Triebe und zarte Blättchen. Die zahlreichen Blüten öffnen sich meist im späten Frühjahr und frühen Sommer. Später entstehen grüne Hagebutten, die sich im Herbst rot färben und häufig bis in den Winter am Strauch verbleiben. Das wenige Fruchtfleisch wird bei kühlem Wetter besonders weich. Früchte mit Fäulnisflecken oder Schimmel werden verworfen. Frühlingstriebe und herbstliche Hagebutten sind unterschiedliche Nahrungsmittel und zu verschiedenen Zeiten verfügbar.



Rosa multiflora mit großen verzweigten weißen Blütenrispen, gefransten Nebenblättern, dornigen Ranken und vielen kleinen roten Hagebutten

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Hagebutten. Plants For A Future nennt sie ausdrücklich als roh essbar. Der Fruchtfleischanteil ist gering, weil das Innere zahlreiche Nüsschen und Härchen enthält. Jede Hagebutte wird geöffnet oder vorsichtig durch ein feines Sieb gestrichen, sodass nur die saubere äußere rote Fruchtmasse übrig bleibt. Die reizenden Härchen dürfen nicht in den Mund gelangen.

Junge Blätter und zarte Frühlingstriebspitzen werden in derselben artspezifischen Quelle ebenfalls als roh essbar genannt. Sie lassen sich nach dem vollständigen Entfernen von Stacheln und grobem Gewebe klein schneiden. Reife Zweige und alte Blätter sind dafür ungeeignet. Für Samen gibt es Nahrungshinweise nach besonderer Verarbeitung; in diesem Atlas gehören sie nicht zur Verwendung ohne Feuer.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Bei Rosa rubiginosa und Rosa canina stehen gewöhnlich weniger Blüten zusammen und die Nebenblätter haben andere Formen. Die heimische Rosa californica bildet größere rosa Blüten und wächst häufig in Gruppen an Bächen. Die Vielblütige Rose kennzeichnen zahlreiche weiße Blüten in einer großen Rispe, kleine Hagebutten und kammförmige Nebenblätter. Manche kletternden Gartenrosen können ähnlich aussehen; ohne Früchte und Nebenblätter ist eine sichere Bestimmung schwierig. Bei allen Rosen dürfen die inneren Hagebuttenhärchen nicht gegessen werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8730
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Rosa+multiflora
- https://www.invasivespeciesinfo.gov/terrestrial/plants/multiflora-rose

Nootka-Rose — große rosa Blüten und rote Hagebutten mit reizenden Härchen · Rosa nutkana

Rosa nutkana

An den Waldrändern der nordkalifornischen Küste wächst ein hoher Rosenstrauch mit großen leuchtend rosa Blüten. Im Sommer bedecken ihn grüne Fruchtansätze, und bis zum Herbst entstehen runde rote Hagebutten, die mitunter so groß wie kleine Pflaumen werden. Das ist Rosa nutkana, die Nootka-Rose, ein heimischer Strauch des pazifischen Nordwestens. Die reife äußere Fruchtmasse wurde roh gegessen; auch Blütenblätter und geschälte junge Triebe sind als Nahrung ohne Feuer beschrieben. Unbedingt zu beachten ist, dass jede Hagebutte zahlreiche harte Nüsschen mit reizenden Härchen enthält, die nicht mit dem Fruchtfleisch verzehrt werden dürfen.



Rosa nutkana mit großen einfachen rosafarbenen Blüten, gefiederten Blättern, gebogenen Stacheln und runden roten Hagebutten

MeadowLore · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die laubabwerfende Strauchrose erreicht häufig zwei bis drei Meter Höhe und bildet aus Trieben und Wurzelausläufern dichte Bestände. Ihre Zweige sind grünlich oder rötlich und tragen einzelne große gebogene Stacheln. Oft stehen zwei Stacheln nahe einem Blattansatz. Die wechselständigen gefiederten Blätter bestehen aus fünf bis sieben ovalen gezähnten Fiederblättchen; das Endblättchen ist häufig am größten. Für eine heimische Wildrose sind die Blüten vergleichsweise groß: Fünf einfache rosa Kronblätter umgeben zahlreiche gelbe Staubblätter. Die Blüten stehen einzeln oder in kleinen Gruppen am Ende eines Zweigs und duften gewöhnlich angenehm. Nach dem Verblühen wächst der Blütenboden zu einer runden roten fleischigen Hagebutte heran, an der Kelchblattreste verbleiben. Innen liegen harte Nüsschen mit feinen steifen Haaren. Blüte und reife Frucht am selben Strauch erlauben die Unterscheidung von anderen kalifornischen Rosen weit zuverlässiger.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Rosa nutkana einschließlich ihrer Küstenvarietät als heimische kalifornische Pflanze. Sie wächst besonders in nördlichen Küstenregionen, an feuchten Waldrändern und Bächen sowie auf offenen Waldlichtungen. California Flora Nursery nennt Vorkommen in der North Bay und eine Vorliebe für mäßige Feuchtigkeit. Im heißen trockenen Sacramento Valley ist sie weniger verbreitet als Rosa californica an Flüssen der Niederungen. Natürliche Bestände der Nootka-Rose findet man eher weiter nördlich oder höher in den Vorbergen. Die Art kann große Gruppen bilden. Stachelige Zweige allein bestätigen ihre Identität jedoch nicht.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entfalten sich frische Blätter, und weiche neue Triebe wachsen heran. An mäßig kühlen Küstenstandorten erscheinen die großen rosa Blüten gewöhnlich im späten Frühjahr sowie im Juni und Juli. Nach der Blüte wachsen grüne Hagebutten, die sich zwischen August und Oktober rot färben. Mit den ersten kalten Nächten werden reife Früchte weicher und häufig süßer. Allmählich fällt das Laub ab; Hagebutten bleiben manchmal an kahlen Zweigen zurück. Es handelt sich nicht um eine ganzjährig verfügbare Beere: Im Frühjahr sind allenfalls Blütenblätter und geschälte zarte Triebe essbar, im Herbst das vollständig reife äußere Hagebuttenfruchtfleisch.



Rosa nutkana mit großen einfachen rosafarbenen Blüten, gefiederten Blättern, gebogenen Stacheln und runden roten Hagebutten

Leslie Seaton · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Die rote äußere Fruchtmasse reifer Hagebutten. Plants For A Future und die University of Alaska Fairbanks Extension bestätigen ihren Rohverzehr. Man trennt das Fruchtfleisch von der inneren Höhlung und entfernt dabei sämtliche Nüsschen und steifen Härchen. Sie dürfen nicht einfach zusammen mit der Frucht zerkaut werden, weil sie Mund und Verdauungstrakt reizen können. Die essbare Schicht ist vergleichsweise dünn, schmeckt süßsäuerlich und bisweilen herb. Wenn die Härchen ohne geeignete Hilfsmittel nicht vollständig entfernt werden können, verzichtet man besser auf die Hagebutte.

Frische Blütenblätter. Die artspezifische Quelle bestätigt ihre rohe Verwendung. Der helle bittere Ansatz lässt sich entfernen. Die wenigen Blütenblätter besitzen einen zarten süßlichen Duft, liefern aber keine große Menge Nahrung.

Zarte Frühlingstriebe. Dieselbe Quelle beschreibt das geschälte weiche Mark, das roh gegessen werden kann. Alte dornige Stängel, Blätter und Wurzeln gehören nicht dazu.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Rosa californica besitzt häufig mehrere kleinere Blüten in Gruppen; Dornenstellung und Fruchtform unterscheiden sich ebenfalls. Rosa woodsii kann ähnliche rosa Blüten tragen, sodass eine Kombination von Merkmalen nötig ist: Größe und Stellung der Blüte, Form der Kelchblätter und Stacheln. Einen Strauch ohne Blüten und Hagebutten bestimmt man nicht allein nach „großen Dornen“. In der Nähe kann Westliche Gifteiche wachsen, deren dreiteilige Blätter beim Sammeln von Rosentrieben nicht versehentlich erfasst werden dürfen. In Schutzgebieten kann das Pflücken von Blüten und Früchten untersagt sein.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7184
- https://www.calfloranursery.com/plants/rosa-nutkana/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+nutkana
- https://www.uaf.edu/ces/publications/database/food/wild-roses.php

Büschel-Hagebutte — rote Herbstfrüchte an kühlen nordkalifornischen Bächen · Rosa pisocarpa

Rosa pisocarpa

In kühlen Waldtälern Nordkaliforniens tragen niedrige Wildrosensträucher im Herbst kleine rote Früchte. Im Sommer öffnen sich an denselben Zweigen hellrosa Blüten. Das ist Rosa pisocarpa, eine Wildrose mit büscheligem Fruchtansatz. Ihre Hagebutten können frisch verwendet werden, wenn man die dünne essbare äußere Fruchtmasse von den reizenden Härchen im Inneren trennt.



Rosa pisocarpa mit bogenförmigen stacheligen Zweigen, gefiederten gezähnten Blättern und kleinen roten Hagebutten am Waldbach

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die laubabwerfende Art bildet gewöhnlich einen bis zu zwei Meter hohen Strauch, gelegentlich etwas höher. Die Triebe sind dünn und bogenförmig und tragen Stacheln, die an jungen Zweigen und in der Nähe der Knoten besonders auffallen. Die Blätter sind zusammengesetzt: Entlang einer gemeinsamen Achse stehen mehrere gezähnte ovale Fiederblättchen, oft fünf bis sieben. Im Frühjahr ist das junge Laub weich, später wird es fester und dunkler.

Die Blüten stehen meist einzeln oder in kleinen Gruppen. Sie haben fünf rosa Kronblätter und eine auffällige Mitte aus zahlreichen Staubblättern. Nach dem Abfallen der Kronblätter vergrößert sich der Blütenboden. Die reife rote „Frucht“ der Rose ist botanisch ein Hypanthium, in dem viele eigentliche harte Einzelfrüchte und feine stachelige Haare sitzen. Diese Härchen sind für den Verzehr entscheidend: Sie dürfen nicht verschluckt werden.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Rosa pisocarpa ist in Kalifornien an schattigen Hängen, entlang von Bächen, an feuchten Waldrändern und in Vorgebirgsgesellschaften dokumentiert. Sie ist im westlichen Nordamerika heimisch. In den heißen trockenen Vierteln der Ebene von Sacramento sollte man den Strauch nicht überall erwarten: Kühle, feuchtere Waldstandorte bieten bessere Chancen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blüte beginnt gegen Ende des Frühjahrs und setzt sich im Sommer fort, besonders in höheren Gebirgslagen. Die roten Hagebutten werden gewöhnlich zwischen August und Oktober reif. Späte Früchte können nach dem Einsetzen kühler Witterung noch an den Zweigen hängen. Für den Frischverzehr wählt man nur vollständig gefärbte, gesunde und weiche Früchte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das äußere Fruchtfleisch reifer Hagebutten. Die Lebensmittel-Datenbank Plants For A Future führt die Früchte von Rosa pisocarpa ausdrücklich als roh essbar. Der Anteil an Fruchtfleisch ist jedoch recht klein; darunter liegen zahlreiche Härchen und harte Nüsschen. Sicher verwendet wird nur die gereinigte rote Außenwand. Dazu schneidet man die Hagebutte auf und entfernt ihr Inneres vollständig, ohne die Härchen in das essbare Fruchtfleisch hineinzudrücken.

Andere Pflanzenteile. In der Literatur werden verschiedene Nutzungen von Wildrosen beschrieben. Daraus folgt jedoch nicht, dass Blätter, Wurzeln oder unreife Früchte gerade dieser Art ohne weitere Bestätigung roh gegessen werden können. Die hauptsächliche, für diesen Artikel nachgewiesene rohe Nahrung ist das Fruchtfleisch reifer Hagebutten.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

In Kalifornien kommen Rosa californica, Rosa gymnocarpa und andere heimische Rosen vor. Sie können ähnliche rote Früchte tragen, unterscheiden sich aber in Zahl und Form der Fiederblättchen, Art der Stacheln, Fruchtstielen, Kelchblättern und Lebensräumen. Eine fünfblättrige Rosenblüte und ein zusammengesetztes gezähntes Blatt erlauben häufig die Zuordnung zur Gattung, aber nicht unbedingt zu einer bestimmten Art.

Die Härchen im Inneren von Hagebutten reizen Schleimhäute und Darm. Lassen sie sich zusammen mit allen harten Nüsschen nicht sorgfältig entfernen, sollte die Frucht nicht roh gegessen werden.

QUELLEN

- Calflora, Rosa pisocarpa: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7186
- Plants For A Future, Rosa pisocarpa: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+pisocarpa
- Flora of North America, Rosa (botanische Bestimmung): https://floranorthamerica.org/Rosa

Weinrose — nach Äpfeln duftendes Laub, rosa Blüten und Herbsthagebutten · Rosa rubiginosa

Rosa rubiginosa

Unter den Wildrosen an kühlen Hängen und alten Weiden fällt ein Strauch durch seinen ungewöhnlichen Duft auf: Reibt man ein Blatt leicht, erinnert sein Aroma an einen grünen Apfel. Das ist Rosa rubiginosa, die Weinrose oder Sweet Briar. Ihre kleinen rosa Blüten öffnen sich in der warmen Jahreszeit; im Herbst bleiben rote Hagebutten zurück. Als rohe Nahrung sind bei dieser Art Blütenblätter und ganz junge Triebe belegt. Die Früchte sind vorwiegend als Nahrungsmittel nach einer Zubereitung mit Hitze dokumentiert.



Rosa rubiginosa mit drüsigen gezähnten Fiederblättern, rosa fünfblättrigen Blüten, gebogenen Stacheln und roten Hagebutten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es ist ein recht hoher, dichter, laubabwerfender Strauch, häufig 1 bis 2,5 Meter hoch, mit langen stacheligen Trieben. Die Stacheln sind oft gekrümmt und stehen mitunter paarweise neben den Blättern. Jedes zusammengesetzte Blatt hat gewöhnlich fünf bis sieben rundliche, gezähnte Fiederblättchen. Auf der Blattunterseite befinden sich kleine Drüsen, die den charakteristischen Apfelduft abgeben. Die Oberseiten sind grün und etwas glänzend. Die Blüten sind rosa und etwa drei bis fünf Zentimeter breit. Sie besitzen fünf Kronblätter und goldgelbe Staubblätter; am Ansatz der Kronblätter sieht man einen helleren Bereich. Nach der Blüte entwickeln sich rundliche bis ovale rote Hagebutten.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora beschreibt die Art als eingeführt, aber mit Hunderten Beobachtungen in Kalifornien dokumentiert. Man findet sie auf gestörten Hängen, an Waldrändern, bei Straßen und alten Hecken, oft in kühleren Küsten- und Vorgebirgszonen. Sie ist weder typisch für die Wüste noch ein massenhaft vorkommender Strauch der städtischen Ebene von Sacramento. In der Nähe von Weideflächen oder Autobahnen können die Pflanzen verunreinigt sein.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen erscheinen im Frühjahr neue Blätter und zarte Austriebe. Die Blüte fällt meist auf das späte Frühjahr und den Sommer. Rote Hagebutten bilden sich in der zweiten Sommerhälfte und bleiben bis in den Herbst erhalten. Nach kühlen Nächten werden einige Früchte weicher. Die essbaren jungen Triebe stehen nur für kurze Zeit zur Verfügung. Sobald sie verholzen und harte Stacheln entwickeln, eignen sie sich nicht mehr für den Rohverzehr.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Blütenblätter. Plants For A Future nennt die Blütenblätter von Rosa rubiginosa ausdrücklich als roh essbar; der bittere weiße Teil am Ansatz wird entfernt. Ihr Geschmack ist mild und blumig. Sie können eine kleine aromatische Ergänzung zu kalten Speisen sein.

Ganz junge Triebe. Dieselbe Quelle erwähnt frisch im Frühjahr aus dem Boden kommende Triebe, die roh gegessen werden. Es muss sich um sehr junge, weiche, noch nicht verholzte und dornenfreie Teile handeln.

Die Früchte werden bei Plants For A Future für diese Art ausdrücklich als zubereitet beschrieben. Deshalb gelten sie in diesem Atlas nicht als bestätigte rohe Nahrung. Beim Umgang mit Hagebutten dürfen die inneren reizenden Härchen und die harten Nüsschen ohnehin nicht verzehrt werden.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die ähnlich aussehende Hundsrose Rosa canina besitzt vergleichbare Blüten und Hagebutten, doch ihre Blätter verströmen keinen so ausgeprägten Apfelduft. Auch heimische kalifornische Rosen tragen rosa Blüten und hakenförmige Stacheln. Für die Bestimmung der Weinrose sind die Drüsen auf der Blattunterseite, der Duft, die Stachelform und die Kelchblätter gemeinsam wichtig. Ein Trieb einer unbekannten dornigen Pflanze darf nicht gekostet werden: Zuerst müssen sämtliche Bestimmungsmerkmale übereinstimmen.

QUELLEN

- Calflora — Rosa rubiginosa: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11057
- Plants For A Future — Rosa rubiginosa: https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Rosa+rubiginosa

Kartoffelrose — große fleischige Hagebutten an einem Küstenstrauch · Rosa rugosa

Rosa rugosa

In einem Garten nahe der Küste kann man einen dichten, stacheligen Strauch mit großen purpurrosa Blüten und Blättern entdecken, deren Oberfläche wie fein gefaltet wirkt. Im Herbst reifen anstelle der Blüten große runde rote Hagebutten heran, die an kleine Tomaten erinnern. Das ist Rosa rugosa, die Kartoffelrose, eine aus Asien eingeführte Art, die in Kalifornien nur vereinzelt außerhalb von Pflanzungen vorkommt. Ihre Hagebutten haben vergleichsweise viel Fruchtfleisch. Deshalb lassen sie sich nach dem Entfernen der Nüsschen und reizenden Härchen besonders gut roh verwenden.



Rosa rugosa mit großen runzeligen Fiederblättchen, dichten feinen und groben Stacheln, rosa Blüten und großen roten Hagebutten

TomiUSM · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird gewöhnlich ein bis zwei Meter hoch und breitet sich durch unterirdische Ausläufer aus. Die kräftigen Stängel sind dicht mit geraden Stacheln verschiedener Größe besetzt. Zwischen den größeren befinden sich zahlreiche feine nadelartige Stacheln. Die zusammengesetzten Blätter tragen meist fünf bis neun ovale, gezähnte Fiederblättchen, deren Blattadern tief eingesenkt sind. Die Blattoberfläche ist höckerig und runzelig, ein wichtiges Artmerkmal. Die großen, einzelnen oder zu wenigen stehenden Blüten können rosa, purpurn oder weiß sein. Sie besitzen fünf breite Kronblätter und gelbe Staubblätter. Die Hagebutte ist rundlich und etwas abgeflacht, leuchtend rot oder orange und meist größer als die Früchte heimischer kalifornischer Wildrosen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Rosa rugosa als nicht heimischen Strauch und nennt nur vereinzelte natürliche Beobachtungen im Bundesstaat, aus Sonoma und Yolo County. Die meisten in Kalifornien sichtbaren Exemplare sind Garten- oder Landschaftspflanzungen. Die Art verträgt Wind und salzhaltige Luft besser als viele Gartenrosen und wird daher in Meeresnähe angepflanzt. Ebenso gedeiht sie auf sonnigen Flächen mit gut durchlässigem Boden. Sie darf nicht als weitverbreitete wilde Nahrungspflanze im Sacramento Valley dargestellt werden. Bei Privatpflanzungen gehören die Früchte den Eigentümern; mit Pflanzenschutzmitteln behandelte Sträucher sind nicht für den Verzehr geeignet.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima blüht die Kartoffelrose ab dem späten Frühjahr und häufig den Sommer über. Schon im August können auffällige Früchte erscheinen; die Hauptreifezeit liegt gewöhnlich zwischen August und Oktober. Manchmal sieht man am selben Strauch Blüten, grüne Fruchtansätze und rote reife Hagebutten zugleich. Reife Hagebutten sind sattrot, und ihre dicke Fruchtwand wird weicher als bei grünen Früchten. Nach den ersten kühlen Nächten können sie weicher und süßer werden. Schimmelige oder faulende Exemplare werden jedoch nicht gesammelt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Das reife Fruchtfleisch der Hagebutten. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Rosa rugosa und beschreibt die dicke fleischige Fruchtwand. Die Hagebutte wird aufgeschnitten. Harte Nüsschen und die gesamte Schicht feiner innerer Härchen müssen sorgfältig entfernt werden. Danach isst man nur das saubere rote Fruchtfleisch, einzeln oder als kaltes Fruchtpüree. Die zahlreichen feinen Härchen können Mund und Verdauungstrakt reizen.

Blütenblätter. Auch sie sind als roh essbar dokumentiert. Das bittere weißliche Stück am Ansatz wird abgezupft.

Für junge Triebe gilt etwas anderes: Die vorliegende artspezifische Beschreibung sieht ihre Verwendung nach dem Kochen vor. Deshalb werden sie nicht als rohe Nahrung empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Rosa canina und Rosa rubiginosa besitzen glattere, nicht stark runzelige Fiederblättchen und gewöhnlich länglichere Hagebutten. Bei heimischen kalifornischen Wildrosen sind die Blüten häufig kleiner und die fleischige Fruchtschicht deutlich dünner. Die Kartoffelrose erkennt man an der Kombination zahlreicher dicker und dünner Stacheln, großer runzeliger Blätter, großer Blüten und abgeflachter fleischiger Hagebutten. Früchte von Zierrosen werden nicht gegessen, wenn unklar ist, ob systemische Insektizide eingesetzt wurden. Die essbare äußere Fruchtwand bedeutet nicht, dass man Nüsschen und innere Härchen gefahrlos mitkauen darf.

QUELLEN

- Calflora — Rosa rugosa: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9406
- Calflora — Beobachtungen nach County: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=9406
- Plants For A Future — Rosa rugosa: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Rosa+rugosa
- University of Alaska Cooperative Extension — Wild Roses: https://www.uaf.edu/ces/publications/database/food/wild-roses.php

Niedrige Kalifornische Rose — rosa Blüten und orangefarbene Hagebutten · Rosa spithamea

Rosa spithamea

An offenen Küstenhängen und in den Strauchgesellschaften Kaliforniens wächst eine niedrige Wildrose, die sich kaum über das Gras erhebt. Im Sommer öffnen sich an ihr einfache rosa Blüten. Später entstehen kleine orangefarbene oder rote Hagebutten. Es handelt sich um Rosa spithamea, die Niedrige Rose oder Sonoma-Rose, eine der heimischen Arten. Der essbare Teil einer wilden Hagebutte ist das weiche äußere Fruchtfleisch einer vollständig reifen Frucht, ohne die harten Nüsschen und reizenden Härchen im Inneren.

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der niedrige laubabwerfende Strauch wird gewöhnlich nur 15 bis 60 Zentimeter hoch, bildet aber manchmal längere bogenförmige Triebe. Seine dünnen Stängel tragen viele gerade oder leicht gebogene nadelartige Stacheln. Die wechselständigen Blätter sind unpaarig gefiedert und bestehen meist aus fünf bis sieben kleinen ovalen, gezähnten Fiederblättchen. Die Blüten stehen einzeln oder zu wenigen; jede besitzt fünf rosa Kronblätter und gelbe Staubblätter in der Mitte und wird einige Zentimeter breit. Nach der Bestäubung entsteht eine rundliche bis eiförmige Hagebutte, ein orange- bis rotes Hypanthium. Die Kelchblätter verbleiben häufig an seiner Spitze. Auf der Fruchthaut können kleine Drüsenhaare sitzen. Im Inneren befinden sich Nüsschen mit steifen reizenden Härchen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora behandelt Rosa spithamea als eine ausschließlich in Kalifornien heimische Art. Beobachtungen gibt es in Küsten- und Nordregionen, darunter Marin, Sonoma, Santa Cruz, San Luis Obispo und einzelne Vorgebirgs-Countys. Sie wächst im Küstengebüsch, an sonnigen Waldrändern, zwischen Gräsern und auf Flächen mit gestörtem Boden. In den heißen Niederungen des Sacramento Valley bildet sie jedoch keine überall anzutreffenden Bestände. Die niedrigen Strauchgruppen lassen sich bei unvorsichtiger Ernte leicht beschädigen, besonders in geschützten Küstenlandschaften.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr entfalten sich die gezähnten Blätter. Rosa Blüten erscheinen meist vom späten Frühjahr bis in den Sommer, wobei die Nähe zum Ozean die genaue Zeit beeinflusst. Die kleinen Hagebutten beginnen sich im Spätsommer zu färben und werden im Herbst vollständig reif. Gelegentlich bleiben sie auch nach kühlem Wetter an den Zweigen. Für den Rohverzehr müssen sie gleichmäßig gefärbt und ausreichend weich sein. Trockene, schwarz gewordene oder verschimmelte Früchte sowie solche, die sich nur unter Beschädigung des Zweigs abnehmen lassen, werden nicht genutzt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur die äußere fleischige Fruchtwand reifer Hagebutten. Naturkundliche Quellen aus Kalifornien belegen die Essbarkeit des äußeren Fruchtfleischs bei heimischen Wildrosen. Bei Rosa spithamea darf dies keinesfalls auf die inneren Härchen und Nüsschen übertragen werden. Die kleine Hagebutte wird aufgeschnitten; Nüsschen und sämtliche borstig reizenden Härchen werden vollständig entfernt. Danach kann man die reine weiche Außenwand essen. Der Geschmack ist gewöhnlich sauer bis leicht süßsauer, und der Anteil an Fruchtfleisch bleibt klein. Wenn sich die Härchen nicht sorgfältig abtrennen lassen, verzichtet man auf die Frucht. Zweige, Blätter und Wurzeln gelten in diesem Artikel nicht als Nahrung.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Rosa californica ist gewöhnlich deutlich höher, besitzt kräftigere Triebe und wächst oft am Wasser. Bei Rosa gymnocarpa fallen die Kelchblätter häufig bereits von der jungen Hagebutte ab, während sie bei Rosa spithamea meist erhalten bleiben. Die California Native Plant Society hebt weitere Unterschiede hervor: Die niedrige Rose trägt gerade, feine Stacheln und häufig eine drüsige Oberfläche des Frucht-Hypanthiums; bei der Kalifornischen Wildrose sind die Stacheln dicker und stärker gebogen. Eine einzelne rote Frucht reicht zur Artbestimmung nicht aus. Die feinen Härchen im Inneren können unabhängig von der Rosenart Schleimhäute verletzen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7187
- https://cnpsslo.org/wp-content/uploads/2022/10/1122-obispoensis-newsletter-california-native-plant-society-slo.pdf
- https://data.sacriver.org/assets/f1cb2bcf8cda9dd924d396b652b39c3/application/pdf/WhiskeytownEnvirSchool_Naturalist_Guide.pdf

Berg-Woods-Rose — rosa Sommerblüten und rote Herbsthagebutten · Rosa woodsii ssp. ultramontana

Rosa woodsii ssp. ultramontana

Auf einer Bergwiese oder an einem Bach in der östlichen Sierra wachsen mitunter dornige Rosensträucher mit schmal wirkenden Blättern und rosa Blüten aus fünf Kronblättern. Gegen Ende des Sommers entwickeln sich kleine rote Hagebutten. Das ist Rosa woodsii ssp. ultramontana, eine in Kalifornien heimische Gebirgsform der Woods-Rose. Vollständig reifes äußeres Fruchtfleisch, frische Blütenblätter und geschälte zarte Frühjahrstriebe sind auf Ebene der Art Rosa woodsii als roh essbar beschrieben. In jeder Hagebutte liegen jedoch Nüsschen mit zahlreichen reizenden Härchen, die nicht zusammen mit dem Fruchtfleisch geschluckt werden dürfen.



Rosa woodsii ssp. ultramontana mit gebogenen stacheligen Trieben, rosa fünfblättrigen Blüten, gefiederten Blättern und roten Hagebutten

Stickpen · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch erreicht häufig einen halben bis zwei Meter Höhe. Er besitzt zahlreiche aufrechte oder gebogene Zweige. Junge rötliche Triebe tragen feste Stacheln, bisweilen paarweise am Blattansatz, an manchen Stängeln zusätzlich kleine Stachelchen. Die wechselständigen gefiederten Blätter bestehen meist aus fünf bis sieben kleinen gezähnten Blättchen. Ihre Oberseiten sind grün, die Unterseiten heller. Im späten Frühjahr und Sommer entwickeln sich an den Triebspitzen einzelne oder wenige rosa Blüten. Jede besitzt fünf Kronblätter, viele gelbe Staubblätter und grüne Kelchblätter. Nach der Blüte vergrößert sich der fleischige Blütenboden und bildet eine rundliche oder ovale rote Hagebutte, an deren Spitze Kelchblattreste verbleiben. Im Inneren liegt nicht ein einzelner Stein, sondern eine Vielzahl harter Nüsschen mit feinen steifen Härchen. Zum Herbst werden die Blätter gelb und fallen ab; die roten Früchte bleiben manchmal bis nach den ersten kühlen Nächten hängen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora zählt Rosa woodsii ssp. ultramontana zu den heimischen Sträuchern Kaliforniens und dokumentiert Vorkommen in Mono, Inyo, Modoc, Plumas, Lassen, El Dorado, Alpine und weiteren Berg-Countys. Man findet sie in gemischten Nadelwäldern, an feuchten Senken, auf Bergwiesen und auf offenen Flächen der Vorberge. Für das Zentrum des Sacramento Valley ist sie weniger typisch als Rosa californica an Flussufern. Die verschiedenen Unterarten von Rosa woodsii haben keine deckungsgleichen Verbreitungsgebiete. Eine Fundmeldung über Rosa woodsii irgendwo in den Vereinigten Staaten bedeutet daher nicht, dass es sich um die kalifornische ssp. ultramontana handelt. An geeigneten Standorten kann die Rose Dickichte bilden; ihre kleinen Früchte werden jedoch schnell von Vögeln und Säugetieren gefressen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Zarte junge Triebe erscheinen mit der Frühjahrserwärmung nach der Schneeschmelze. In den Bergen ist die Blüte gewöhnlich von Mai bis Juli zu sehen, an höher gelegenen Hängen später. Grünliche Hagebutten wachsen während des Sommers heran und werden allmählich rot. Plants For A Future nennt für Rosa woodsii die Reifezeit August bis Oktober; nach den ersten kühlen Nächten wird das Fruchtfleisch manchmal weicher. Die essbare äußere Schicht bleibt unabhängig von der Fruchtgröße dünn. Alte Winterhagebutten können verschimmeln oder eine ausgetrocknete Kruste entwickeln. Rote Farbe allein garantiert daher keine genießbare Frucht.



Rosa woodsii ssp. ultramontana mit gebogenen stacheligen Trieben, rosa fünfblättrigen Blüten, gefiederten Blättern und roten Hagebutten

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur das äußere Fruchtfleisch reifer Hagebutten. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Rosa-woodsii-Früchten. Die rote Fruchtwand wird vorsichtig von der inneren Höhlung getrennt. Sämtliche Nüsschen und besonders die reizenden Härchen darum müssen vollständig entfernt werden. Sie können die Mundschleimhaut verletzen und den Verdauungstrakt reizen. Gelingt es ohne Werkzeug nicht, sauberes Fruchtfleisch zuverlässig abzutrennen, bleibt die Hagebutte besser am Strauch. Das Fruchtfleisch schmeckt süßsäuerlich, nach ersten kühlen Nächten manchmal angenehmer.

Frische rosa Blütenblätter. Die artspezifische Quelle führt ihren Rohverzehr auf. Man kann den weißlichen bitteren Ansatz abtrennen und nur den zarten gefärbten Teil verwenden. Kleine Portionen genügen; von einem kleinen Strauch werden nicht sämtliche Blüten abgepflückt.

Geschälte zarte Frühjahrstriebe. Auch ihre rohe Verwendung wird für Rosa woodsii bestätigt. Gemeint ist ausschließlich das junge weiche Innere, nachdem die stachelige Außenschicht entfernt wurde. Alte Zweige, ausgewachsene Blätter, Wurzeln und Samenhaare gelten nicht als Lebensmittel.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die im Atlas separat beschriebene Rosa nutkana hat meist größere einzelne Blüten und eine andere Kombination aus Dornen- und Kelchblattmerkmalen. Rosa californica bildet häufiger dichte Bestände an Flüssen und blüht in wärmeren Höhenlagen in rosa Gruppen. Kalifornische Formen von Rosa woodsii unterscheiden sich hinsichtlich Blütengröße, Fiederblättchen und Behaarung. Zur sicheren Unterartbestimmung kann daher ein botanischer Schlüssel nötig sein. Nicht jeder rosa blühende Strauch mit roten Hagebutten ist automatisch diese Unterart. Auch bei korrekter Bestimmung bleiben die inneren Härchen gefährlich. Chemisch behandelte Gartensträucher und Dickichte mit benachbarter Westlicher Gifteiche sind ungeeignet für die Ernte.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11996
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7188
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+woodsii

Rosmarin — immergrüne Blätter mit harzig-würzigem Duft · Rosmarinus officinalis

Rosmarinus officinalis

An einem sonnigen trockenen Hang oder neben einer alten Einfriedung bleibt gelegentlich ein dichter immergrüner Strauch mit sehr schmalen Blättern erhalten. Zerreibt man sie zwischen den Fingern, entfaltet sich sofort ein kräftiger harzig-würziger Duft, der an Nadelbäume erinnert. Bereits in der kühlen Jahreszeit können zwischen dem Grün zartblaue Blüten erscheinen. Das ist Rosmarin, der heute oft unter dem botanischen Namen Salvia rosmarinus geführt wird. Seine jungen Blätter eignen sich roh als Gewürz, nicht als Hauptbestandteil einer grünen Mahlzeit.



Rosmarinus officinalis mit schmalen gegenständigen dunkelgrünen Blättern, hellen behaarten Unterseiten und zartblauen zweilippigen Blüten

Daniel VILLAFRUELA · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der immergrüne verholzende Strauch wird etwa 30 Zentimeter bis anderthalb oder zwei Meter hoch, niederliegende Formen bleiben deutlich niedriger. Er verzweigt sich stark; junge Triebe sind kurz behaart, die Rinde alter Äste ist graubraun und rissig. Die Blätter stehen gegenständig, sind schmal und linealisch, gewöhnlich ein bis vier Zentimeter lang und an den Rändern nach unten eingerollt. Ihre Oberseite ist dunkelgrün und glänzend; die Unterseite wirkt durch dichte Behaarung weißlich. Die Blüten sitzen in kleinen Gruppen in den Blattachseln der oberen Triebe. Ihre Krone ist zweilippig, hellblau, violett oder gelegentlich weiß, mit herausragenden Staubblättern. Nach dem Verblühen entstehen kleine trockene Nüsschen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora dokumentiert Rosmarinus officinalis, den früheren wissenschaftlichen Namen von Salvia rosmarinus, als nicht heimischen Strauch mit über hundert Fundmeldungen außerhalb der Kultur. Besonders häufig verwildern Pflanzen in den küstennahen Countys Südkaliforniens und der Bay Area, wo sie trockene Sommer gut aushalten. Im Sacramento Valley wird Rosmarin verbreitet in Gärten gezogen, doch eigenständige natürliche Bestände findet man nicht überall. An alten trockenen Böschungen können einzelne Sträucher ohne Bewässerung überdauern. Viele städtische Zierpflanzungen werden mit Pflanzenschutzmitteln behandelt; ihre Blätter eignen sich nicht als Nahrung.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Da die Blätter immergrün sind, stehen sie physisch fast das ganze Jahr zur Verfügung. Besonders weiche und aromatische junge Triebspitzen entwickeln sich nach den Winterregen und mit der Erwärmung im Frühjahr. Im milden Klima kann die Blüte bereits im Winter beginnen und sich bis ins Frühjahr erstrecken, manchmal wiederholt sie sich im Herbst. Während heißer Sommer werden junge Triebe fester, und die Blätter riechen stärker nach Harzen. Für die rohe Verwendung wählt man wenige kleine zarte Blättchen von einem sauberen, sicher bestimmten Strauch.



Rosmarinus officinalis mit schmalen gegenständigen dunkelgrünen Blättern, hellen behaarten Unterseiten und zartblauen zweilippigen Blüten

IndigoTardigrade · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future und botanische Lebensmittelquellen bestätigen ihren frischen Gebrauch als Gewürz. Wegen ihrer festen lederigen Beschaffenheit werden die Blätter am besten sehr fein geschnitten oder mit etwas kaltem Wasser zerrieben. So entsteht eine duftende Zugabe zu bereits zubereiteten kalten Speisen. Einige Blättchen reichen aus. Große Mengen schmecken zu harzig und können den Magen reizen. Ganze Zweige kann man ohne Erwärmen im Schatten trocknen, anschließend die trockenen Blätter abstreifen und sparsam verwenden. Ätherisches Rosmarinöl ist nicht mit essbaren Blättern gleichzusetzen und wird für diesen Zweck nicht eingenommen. Verholzte Zweige und Wurzeln werden nicht verwendet.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Lavandula angustifolia, der Echte Lavendel, besitzt ebenfalls schmale Blätter und einen kräftigen Duft; seine Blätter sind jedoch meist silbriger, und die Blüten stehen in länglichen endständigen Ähren. Die heimische Trichostema lanceolatum duftet ebenfalls, ist aber einjährig und hat andere violette Blüten. Kiefernnadeln wachsen in Bündeln an Nadelbaumzweigen, während Rosmarin ein echter Blütenstrauch mit gegenständigen Blättern und zweilippigen Blüten ist. Eine Nahrungspflanze darf nicht allein anhand eines ähnlichen Geruchs bestimmt werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8619
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Rosmarinus+officinalis
- https://powo.science.kew.org/

Himalaya-Brombeere — reife schwarze Beeren aus dichten Dornenhecken · Rubus armeniacus

Rubus armeniacus

Entlang von Flüssen und Bewässerungskanälen Kaliforniens erstrecken sich kräftige Bögen von Brombeertrieben. Im Sommer erscheinen zwischen weißrosa Blüten zunächst grüne, dann rote und schließlich glänzend schwarze Früchte. Dies ist Rubus armeniacus, die aus anderen Regionen eingeführte Himalaya-Brombeere. Besonders an Gewässern kann sie sehr zahlreich werden und nahezu undurchdringliche Dickichte bilden. Ihre wichtigste Verwendung als Nahrung sind die reifen saftigen Früchte, die nicht erhitzt werden müssen.



Rubus armeniacus mit kräftigen kantigen bedornten Ranken, fünf gezähnten Fiederblättchen und glänzend schwarzen reifen Sammelfrüchten

Sarah Stierch (Missvain) · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Ein ausgewachsener Strauch besteht aus langen, normalerweise zweijährigen Trieben. Im ersten Jahr wächst ein neuer Stängel rasch mehrere Meter lang, biegt sich durch und kann an seiner Spitze Wurzeln bilden, wenn diese den Boden berührt. Im zweiten Jahr entwickeln sich seitliche blühende Zweige. Anders als die dünnen, kriechenden Ranken der einheimischen Kalifornischen Brombeere besitzt Rubus armeniacus kräftige, im Querschnitt oft kantige Haupttriebe mit großen, harten, rückwärts gekrümmten Stacheln.

Die Blätter langer junger Triebe bestehen gewöhnlich aus fünf einzelnen gezähnten Fiederblättchen, die von einem gemeinsamen Blattstiel ausgehen. An kurzen fruchttragenden Zweigen sind es häufig drei. Oberseits sind die Blätter grün, unterseits deutlich heller, gelegentlich fast graulich. Die Blüten stehen in lockeren Trauben; jede hat fünf weiße oder schwach rosa Kronblätter und zahlreiche Staubblätter.

Die Frucht ist nicht eine einzelne Beere, sondern ein Fruchtverband aus vielen kleinen saftigen Steinfrüchtchen. Während der Reifung färbt er sich von Grün über Rot fast bis Schwarz. Eine vollständig reife Frucht ist gewöhnlich weich und löst sich leicht vom Stiel. In jedem Steinfrüchtchen liegt ein Samen.



Rubus armeniacus mit kräftigen kantigen bedornten Ranken, fünf gezähnten Fiederblättchen und glänzend schwarzen reifen Sammelfrüchten

Forest and Kim Starr · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Die University of California IPM zählt die Himalaya-Brombeere zu den aggressivsten eingeschleppten Brombeerarten Kaliforniens. Sie wächst in Tälern, Küsten- und Auwäldern, an Bächen, Feldrändern, Straßen und auf gestörten Böden. Besonders stark breitet sie sich an Stellen aus, an denen während der sommerlichen Dürre Wasser vorhanden bleibt: an Kanälen und Flussufern, auch im Central Valley. An passenden Standorten überziehen ihre Triebe andere Sträucher, Zäune und junge Bäume.

Ein ausgedehntes Brombeergebüsch ist deshalb nicht unbedingt heimisch. Rubus armeniacus gelangte von außerhalb in den Westen Nordamerikas, während Rubus ursinus in Kalifornien heimisch ist. Beide tragen essbare reife Früchte; sie auseinanderhalten zu können ist trotzdem wichtig. Auf völlig trockenen offenen Flächen ohne zusätzliche Feuchtigkeit ist eine reiche Ernte weniger wahrscheinlich als an einem Bach.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Winter bleiben die ausdauernden Strauchbasen und vorjährigen Triebe bestehen, frische Beeren gibt es dann aber nicht. Vom Frühjahr an, ungefähr zwischen März und Mai, wachsen neue grüne Triebe und Blätter. Die Blüten erscheinen in den unterschiedlichen Teilen Kaliforniens ab dem Frühjahr und können bis in den Sommer erhalten bleiben; der USDA Forest Service gibt für Kalifornien eine lange Blütezeit an.

Nach dem Verblühen werden die grünen Früchte nach und nach rot. Die Haupternte der schwarzen Beeren liegt gewöhnlich zwischen Juli und September. An kühlen Küstenstandorten und feuchten Stellen kann die Reifung bis in den Herbst reichen. Im August hängen an demselben Strauch häufig rote unreife und schwarze reife Früchte. Ohne Erhitzen getrocknete Früchte sind auch nach dem Saisonende als Vorrat vorhanden. Das ist aber keine neue Fruchtbildung.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife schwarze Früchte. Das ist der am zuverlässigsten bestätigte essbare Teil. Die UC IPM beschreibt ausdrücklich die Essbarkeit wilder Brombeerfrüchte, einschließlich Rubus armeniacus. Vollständig schwarze, weiche Früchte werden frisch gegessen. Sie können süß oder säuerlich sein; nach Regen oder im Schatten schmecken sie anders als in der Sonne gereifte Beeren. Rote Früchte sind noch nicht vollreif und deutlich saurer.

Zerdrückte Beeren. Reife Früchte lassen sich ohne Erhitzen zerdrücken und als frische Fruchtmasse essen. Durch Wasser wird die Mischung flüssiger, sie bleibt aber rohe Brombeere. Die zarten Früchte überstehen langen Transport schlecht und verderben schnell. Ein Teil der vollständig reifen Ernte lässt sich an einem sauberen, vor Insekten geschützten Ort natürlich trocknen. Vorräte mit Schimmel werden nicht verwendet.

Frühlingstriebe und Blätter dienen in diesem Artikel der Artbestimmung. Der Nachweis für reife essbare Beeren wird nicht automatisch auf den rohen Verzehr sämtlicher grüner Teile ausgedehnt. Große Dornen und zarte Früchte erfordern sorgfältiges Sammeln.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die heimische Rubus ursinus hat gewöhnlich dünnere, häufig über den Boden liegende Triebe und oft dreiteilige Blätter. Bei der Himalaya-Brombeere sind die Triebe im ersten Jahr kräftig, kantig und tragen meist fünf Fiederblättchen. Ebenfalls in Kalifornien wächst Rubus laciniatus, die Geschlitztblättrige Brombeere: Ihre tief eingeschnittenen Fiederblättchen unterscheiden sich deutlich von den breiten gezähnten Blättchen der Himalaya-Brombeere. Am besten betrachtet man den ausgewachsenen Trieb, Dornen, Blätter, Blüten und reife Früchte zusammen.

In der Nähe kann die giftige Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum wachsen. Ihre dreiteiligen Blätter verflechten sich manchmal mit Brombeerranken. Die Gifteiche besitzt jedoch weder die typischen stacheligen Brombeertriebe noch zusammengesetzte schwarze Brombeerfrüchte. Man sollte unbekannte Zweige nicht greifen und keine Beeren sammeln, die mit ihr verflochten sind. Gebüsche an Straßen, herbizidbehandelten Flächen und belasteten Kanälen sind ebenfalls keine sichere Quelle roher Nahrung.

QUELLEN

University of California IPM — Wild Blackberries, Arten und Essbarkeit reifer Beeren: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/wild-blackberries/ USDA Forest Service — Rubus armeniacus, Merkmale, Ökologie und Jahreszeiten: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubspp Calflora — Rubus armeniacus in Kalifornien: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10319 Oregon State University — Rubus armeniacus, Blätter, Triebe und Früchte: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/rubus-armeniacus

Amerikanische Rote Himbeere — scharlachrote Sommerfrüchte in kühlen Bergwäldern · Rubus idaeus subsp. strigosus

Rubus idaeus subsp. strigosus

In einem kühlen nördlichen Wald oder Bergwald können nach der Öffnung einer kleinen Lichtung zwischen den Bäumen dünne, stachelige Himbeertriebe wachsen. Im Frühjahr tragen sie unauffällige weißliche Blüten, im Sommer leuchten zwischen den zusammengesetzten Blättern rote Früchte. Die saftigen Früchte der heimischen Amerikanischen Roten Himbeere lösen sich leicht vom Blütenboden und hinterlassen innen eine hohle Kappe.



Rubus idaeus subsp. strigosus mit dünnen borstigen Trieben, unterseits hell behaarten Fiederblättchen und hohlen reifen scharlachroten Himbeeren

Douglas Goldman · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es handelt sich um einen ausdauernden Strauch mit unterirdischen Austrieben und oberirdischen Stängeln, die gewöhnlich zwei Vegetationsperioden leben. Neue Stängel werden lang und gerade oder leicht gebogen und sind mit feinen Borsten und dünnen Stachelchen besetzt. Die Blätter sind zusammengesetzt und bestehen meistens aus drei oder fünf gezähnten Fiederblättchen. Ihre Unterseiten sind deutlich heller und häufig dicht weißlich behaart; auf dieses Merkmal bezieht sich der englische Name grayleaf raspberry. Die weißen Blüten haben fünf Kronblätter. Die reifende Frucht besteht aus vielen kleinen saftigen Steinfrüchtchen: Zunächst ist sie grün, später rosa und schließlich leuchtend rot. Eine reife Himbeere löst sich vom weißlichen zentralen Blütenboden; dieser verbleibt am Strauch, sodass die abgepflückte Frucht innen hohl ist.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Kew und Calflora bestätigen Rubus idaeus subsp. strigosus als in Kalifornien heimische Unterart. Natürliche Fundmeldungen sind im Bundesstaat allerdings selten. Man darf sie nicht als gewöhnlichen Beerenstrauch des Sacramento Valley darstellen. Sie gehört zu kühlen nördlichen und gebirgigen Lebensräumen, Waldrändern, feuchten Lichtungen und Stellen nach einer Auflichtung des Walddachs. Viele größere Himbeerbestände nahe Siedlungen sind möglicherweise kultiviert oder gemischten Ursprungs.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die ersten Triebe erscheinen im Frühjahr, nachdem der Boden aufgetaut und feucht geworden ist. Die Blüte fällt auf das späte Frühjahr und den Frühsommer, in höheren Berglagen später. Gewöhnlich reifen die Beeren zwischen Juli und August, an kühleren Standorten auch im September. Sie werden an einem Strauch nicht alle gleichzeitig reif: Harte rosa Früchte hängen neben vollständig ausgereiften weichen Beeren.



Rubus idaeus subsp. strigosus mit dünnen borstigen Trieben, unterseits hell behaarten Fiederblättchen und hohlen reifen scharlachroten Himbeeren

Bartosz Cuber · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Der USDA Forest Service bestätigt die traditionelle Verwendung Amerikanischer Roter Himbeeren als frische Nahrung. Die weiche scharlachrote Frucht schmeckt süß mit einer säuerlichen Note. Man isst sie unmittelbar nach dem Pflücken, sofern der Standort sauber und die Art sicher bestimmt ist. Aus vollreifen Himbeeren lässt sich eine kalte zerdrückte Fruchtmasse herstellen; ebenso kann man sie ohne Erwärmen trocknen. Unreife feste Beeren sind deutlich saurer. Junge Blätter und Triebe dieser Unterart dürfen nicht allein deshalb als rohe Nahrung gelten, weil entsprechende Verwendungen bei anderen Rubus-Arten beschrieben sind.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Westliche Schwarze Himbeere Rubus leucodermis trägt bei Reife dunkelviolette Früchte und besitzt häufig blaugrau bereifte Triebe. Bei Brombeeren wie Rubus ursinus und R. armeniacus bleibt beim Abpflücken gewöhnlich der helle Fruchtboden in der Sammelfrucht erhalten. Wilde Rote Himbeeren können kultivierten Sorten ähneln. Aus einer einzelnen Frucht lässt sich der Ursprung der Pflanze daher nicht immer erkennen. Die Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum hat mitunter ebenfalls dreiteilige Blätter, aber nicht die charakteristischen stacheligen Himbeertriebe und roten Sammelfrüchte.

QUELLEN

- Kew POWO — Rubus idaeus subsp. strigosus: https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:223189-2
- USDA Forest Service FEIS — Rubus idaeus: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubida
- Calflora — Rubus idaeus subsp. strigosus: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10322

Geschlitztblättrige Brombeere — schwarze Sommerfrüchte zwischen tief geteilten Blättern · Rubus laciniatus

Rubus laciniatus

In feuchten Tälern und an Waldrändern Kaliforniens wächst stellenweise eine dornige Brombeere, deren Fiederblättchen durch tiefe Einschnitte und spitze Zähne in schmale, ungewöhnlich geformte Abschnitte gegliedert sind. Im Sommer reifen zwischen ihnen feste Sammelfrüchte, die sich von Rot zu Schwarz verfärben. Das ist Rubus laciniatus, die eingeführte Geschlitztblättrige Brombeere. Sie gehört zur selben Gruppe essbarer Früchte wie andere Brombeeren, fällt aber durch die außergewöhnlich tief zerteilten Blätter auf.



Rubus laciniatus mit stark geschlitzten spitzen Fiederblättchen, hakenförmigen Stacheln und weichen schwarzen reifen Brombeeren

Meggar · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Strauch ist ausdauernd; die einzelnen langen Triebe leben gewöhnlich zwei Jahre. Im ersten Jahr wachsen kräftige bogenförmige Stängel aus dem Wurzelsystem, die Blätter und Stacheln tragen. Sie werden manchmal mehrere Meter lang und können sich über benachbarte Sträucher legen. Im zweiten Jahr bilden sich seitliche blühende Zweige. Anschließend stirbt der alte Trieb allmählich ab.

Die Blätter bestehen aus mehreren getrennten Fiederblättchen, an den langen jungen Ranken meistens fünf und an fruchttragenden Zweigen drei. Jedes Blättchen ist jedoch ungewöhnlich tief eingeschnitten und gezähnt, fast spitzenartig. Die Ränder sind scharf gezackt, die Abschnitte langgezogen. Diese Blattform ist das wichtigste sichtbare Bestimmungsmerkmal. Die Triebe tragen hakenförmige Stacheln.

Die Blüten ähneln denen anderer Brombeeren: fünf weiße oder blassrosa Kronblätter und zahlreiche Staubblätter. Aus ihnen entstehen Sammelfrüchte aus einzelnen kleinen Steinfrüchtchen. Jung sind die Früchte grün, später rot; ausgereift werden sie schwarz und weich. An sonnigen Stellen sind die Beeren häufig größer und süßer als tief im Schatten.



Rubus laciniatus mit stark geschlitzten spitzen Fiederblättchen, hakenförmigen Stacheln und weichen schwarzen reifen Brombeeren

Agnieszka Kwiecień (Nova) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Rubus laciniatus als nicht heimischen Strauch, der aus der Kultur verwildert ist. Der USDA Forest Service beschreibt sie an gestörten Waldrändern, in feuchten Gebüschen, entlang von Straßen und Wasserläufen, besonders in Gebieten mit ausreichend Niederschlag. Beobachtungen stammen unter anderem aus nördlichen und Vorgebirgs-Countys wie Placer, Butte, El Dorado und Shasta. Sie ist bei Weitem nicht so allgegenwärtig wie die Himalaya-Brombeere Rubus armeniacus. An manchen Stellen bildet sie auffällige Gruppen, anderswo fehlt sie fast vollständig.

Im heißen Sacramento Valley braucht sie für dauerhafte grüne Triebe Bewässerung oder Grundwassernähe. Auf trockenen offenen Flächen trägt sie weniger zuverlässig Früchte. Dickichte auf Privatgrundstücken und neben bewirtschafteten Feldern eignen sich nicht zum freien Sammeln.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr, ungefähr zwischen März und Mai, treiben überlebende Stängel Blätter und blütentragende Seitenzweige, während von der Basis neue Triebe aufwachsen. Die Blüte liegt meist im späten Frühjahr und Frühsommer, an kühleren Standorten kann sie sich verschieben.

Nach der Blüte bilden sich grüne Beeren, die später rot werden. Weiche schwarze reife Früchte sind überwiegend von Juli bis September verfügbar, je nach Region etwas früher oder später. Im Herbst können neue Ranken noch grün sein, reife Beeren sind dann seltener. Im Winter bleiben stachelige Triebe zurück; eine frische Fruchternte gibt es nicht.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife schwarze Früchte. Die North Carolina State University Extension bestätigt ausdrücklich, dass die Beeren von Rubus laciniatus roh essbar sind. Sie sind die wichtigste ohne Feuer verwendbare Nahrung dieser Art. Das Fruchtfleisch ist saftig und süßsäuerlich, die einzelnen Steinfrüchtchen enthalten kleine harte Samen. Gepflückt werden die Früchte erst, wenn sie ganz schwarz und weich sind und sich leicht vom Stiel lösen.

Frisch zerdrückte Früchte. Reife Beeren kann man sofort essen oder ohne Erwärmen zu einer kalten Fruchtmasse zerdrücken. Besonders bei Hitze verderben sie schnell. Verschimmelte, gärig riechende oder anderweitig verdächtige Früchte werden nicht genutzt. Natürliche Trocknung ist möglich, erfordert bei saftigen Brombeeren aber Insektenschutz und vollständiges Austrocknen; nicht jede geerntete Menge lässt sich ohne Weiteres lange aufbewahren.

Blüten, Blätter und junge Triebe helfen bei der Bestimmung. Für einzelne Rubus-Arten gibt es Berichte über geschälte, essbare junge Triebe. Diese werden jedoch nicht automatisch auf Rubus laciniatus übertragen. Rohe Blätter werden hier nicht als eigenständiger Salat empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Himalaya-Brombeere Rubus armeniacus hat große gezähnte Blättchen, die aber nicht so tief geteilt sind. Die heimische Rubus ursinus trägt meist dünnere kriechende Triebe und häufig dreiteilige Blätter. Bei Rubus laciniatus bleibt die auffällige geschlitzte Blattform auch dann zu erkennen, wenn der Strauch keine Früchte trägt. Für eine sichere Bestimmung betrachtet man trotzdem Blätter, Triebe und Früchte an derselben Pflanze.

Zusammengesetzte schwarze Brombeerfrüchte unterscheiden sich von einzeln hängenden schwarzen Beeren unbekannter Sträucher. In Brombeergebüschen kann die giftige Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum mit ihren dreiteiligen Blättern verborgen sein. Ihre Blätter dürfen nicht versehentlich mit Früchten gesammelt werden. An Straßenrändern sind außerdem Herbizide und belastete Böden möglich.

QUELLEN

USDA Forest Service, Rubus laciniatus — Ökologie und Verbreitung: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rublac Calflora, Rubus laciniatus — Vorkommen in Kalifornien: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7195 North Carolina State University Extension, Rubus laciniatus — rohe reife Beeren: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/rubus-laciniatus/

Westliche Schwarze Himbeere — dunkle Sommerfrüchte an weiß bereiften Trieben · Rubus leucodermis

Rubus leucodermis

In offenen Wäldern und an Canyonrändern Kaliforniens wächst ein dorniger Strauch mit langen bogenförmigen Trieben, als wären sie mit weißlichem Staub überzogen. Zwischen dreiteiligen Blättern reifen im Sommer kleine Sammelfrüchte: zunächst rot, später dunkelpurpurn und beinahe schwarz. Dies ist Rubus leucodermis, die Westliche Schwarze Himbeere. Anders als bei vielen Brombeeren löst sich die reife Frucht vom weißlichen Blütenboden und hinterlässt innen einen Hohlraum wie bei Gartenhimbeeren. Die Beeren werden ohne Feuer frisch gegessen; im Frühjahr sind außerdem junge geschälte Triebe als Nahrung bekannt.



Rubus leucodermis mit bläulichweiß bereiften bogenförmigen stacheligen Ranken und reifen fast schwarzen hohlen Himbeeren

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es handelt sich um einen ausdauernden laubabwerfenden Strauch mit oberirdischen Stängeln, die jeweils zwei Jahre leben. Im ersten Jahr wachsen neue Triebe rasch und bilden lange Bögen. Manchmal berühren ihre Spitzen den Boden und schlagen Wurzeln. Im folgenden Jahr entwickeln sich seitliche Blütenzweige. Nach dem Fruchtansatz stirbt der alte Stängel nach und nach ab. Der Strauch wird häufig ein bis zwei Meter hoch, doch seine langen Bögen nehmen mehr Platz ein.

Junge Stängel tragen einen bläulichweißen Wachsüberzug. Darunter sieht man grüne und violette Bereiche. An den Trieben sitzen gebogene Stacheln. Die Blattunterseiten sind oft deutlich heller als die Oberseiten. Blätter an Trieben des ersten Jahres können fünf Fiederblättchen besitzen, fruchttragende Zweige meist drei. Alle Fiederblättchen sind gezähnt.

Die fünfzähligen weißen Blüten öffnen sich an kurzen Seitenzweigen. Daraus entwickeln sich rote Sammelfrüchte, die bei voller Reife fast schwarz werden. Wird eine reife Frucht vom Strauch genommen, löst sie sich wie eine hohle Kappe. Dieser Unterschied zur gewöhnlichen Brombeere ist wichtig: Bei Brombeeren bleibt der helle Blütenboden innerhalb der gepflückten Sammelfrucht erhalten.



Rubus leucodermis mit bläulichweiß bereiften bogenförmigen stacheligen Ranken und reifen fast schwarzen hohlen Himbeeren

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Rubus leucodermis ist im westlichen Nordamerika heimisch. Calflora verzeichnet die Art in nördlichen und Vorgebirgs-Countys, in Nadel- und Mischwäldern, Canyons und an offenen Hängen. Beobachtungen gibt es unter anderem in Shasta, Humboldt, Trinity, Sonoma, Placer und El Dorado sowie zahlreichen anderen Countys. In der Ebene von Sacramento ist die Art weniger typisch als in Vorgebirgswäldern und an kühlen Bächen.

Der Strauch wächst manchmal in kleinen Gruppen und entlang von Waldschneisen, bildet jedoch gewöhnlich keine ebenso langen geschlossenen Dickichte wie die eingeführte Himalaya-Brombeere. In trockenen Niederungen ohne Feuchtigkeit sind fruchttragende Sträucher selten. An Nordhängen und im Halbschatten werden die Früchte oft später reif als an sonnigen Waldrändern.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach dem Winter wachsen etwa zwischen März und Mai in niedrigeren Vorbergen neue weiche Triebe von der Basis aus. Nur während einer kurzen Phase ist ihr Inneres noch zart. Später werden die Stängel rasch fest und entwickeln eine härtere stachelige Oberfläche.

Die Blüten öffnen sich gewöhnlich im späten Frühjahr und Frühsommer. Grüne Fruchtansätze werden rot und später dunkel. Die Hauptreifezeit in Kalifornien ist voraussichtlich Juli bis August; bei höherer Lage und

kühlerem Klima kann sie sich verschieben. Im September bleiben stellenweise späte Früchte, doch es handelt sich nicht um einen ganzjährig tragenden Strauch.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Rubus leucodermis. Die Beeren sind weich und süß, gewöhnlich mit leichter Säure, und werden leicht zerdrückt. Am besten schmecken sie unmittelbar nach der Ernte. Einige Früchte kann man zwischen den Fingern zerdrücken und ohne Zusätze essen. Für diese Art wird auch natürliche Trocknung reifer Beeren beschrieben. Zur Aufbewahrung müssen sie allerdings vollständig und schimmelfrei getrocknet sein.

Geschälte junge Triebe. Dieselbe artspezifische Quelle führt zarte Frühjahrstriebe als roh essbar auf: Man löst die äußere Schicht ab und isst das saftige Innere. Das gilt nur für frische weiche Triebe, nicht für erwachsene bedornte Stängel. Zunächst muss sicher sein, dass es sich um Rubus leucodermis handelt und der Trieb tatsächlich noch weich ist.

Blätter, Wurzeln und Blüten gehören nicht zur Liste roher Nahrung. Dass Blätter vorhanden sind und von manchen Menschen für heiße Getränke genutzt werden, beweist nicht ihre Eignung zum Essen ohne Erhitzung.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Bei der Himalaya-Brombeere Rubus armeniacus bleibt beim Pflücken der Früchte der helle Kern darin erhalten; zudem unterscheiden sich ihre kräftigen kantigen Ranken und großen Blätter. Die heimische Kalifornische Brombeere Rubus ursinus hat dünnere kriechende Stängel und behält ebenfalls den Fruchtboden in der gepflückten Beere. Rubus leucodermis lässt sich besonders am hellen Wachsüberzug der Triebe und an der hohlen gepflückten Himbeere erkennen. Allein die dunkle Fruchtfarbe reicht jedoch nicht aus.

Beim Sammeln in dicht verflochtenen Sträuchern kann die giftige Westliche Gifteiche Toxicodendron diversilobum versehentlich berührt werden. Brombeer- und Himbeerstacheln können ebenfalls die Hände verletzen. Pflanzen neben chemisch behandelten Straßen und Feldern eignen sich nicht für den Rohverzehr.

QUELLEN

Calflora, Rubus leucodermis — heimische Art und Fundregionen in Kalifornien: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7197 Calflora, County-Verbreitung: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7197 Plants For A Future, Rubus leucodermis — rohe Beeren und geschälte junge Triebe: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+leucodermis California Flora Nursery, blackcap raspberry — Lebensraum und Erscheinungsbild: https://www.calfloranursery.com/plants/rubus-leucodermis/

Thimbleberry — stachellose Waldhimbeere mit großen Blättern · Rubus parviflorus

Rubus parviflorus

In den kühlen, feuchten Wäldern Nordkaliforniens begegnet man einem Strauch, der schon vor der Fruchtreife leicht zu erkennen ist: Er besitzt breite ahornähnliche Blätter und große weiße Blüten. Anders als Brombeeren trägt diese Himbeere gewöhnlich keine Stacheln an den Stängeln. Die Früchte reifen im Sommer. Zarte Frühjahrstriebe und Blüten sind jedoch früher verfügbar und ebenfalls als ohne Erhitzen essbare Pflanzenteile bekannt.



Rubus parviflorus mit sehr breiten ahornartig gelappten Blättern, großen weißen Blüten und weichen leuchtend roten Sammelfrüchten

Jesse Taylor (Jrtayloriv) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Rubus parviflorus ist ein ausdauernder laubabwerfender Strauch, meist ein bis zwei Meter hoch, gelegentlich bis drei Meter. Zahlreiche aufrechte und leicht auseinanderstrebende Stängel bilden Gruppen oder Dickichte. Seine Zweige sind gewöhnlich stachellos. Dies ist eines der ersten wichtigen Unterscheidungsmerkmale.

Die Blätter sind einfach, sehr breit und haben drei bis sieben abgerundete Lappen wie ein kleines Ahornblatt. Sie können bis zu zwanzig Zentimeter breit werden, sind weich, fein behaart und am Rand gezähnt. Die auffallend weißen Blüten besitzen fünf breite Kronblätter und eine gelbe Mitte. Sie sind deutlich größer als Brombeerblüten und erreichen manchmal fünf Zentimeter Durchmesser.

Die Früchte sind klein und leuchtend rot. Sie bestehen aus zahlreichen kleinen saftigen Teilfrüchtchen. Eine vollkommen reife Frucht erinnert an eine sehr weiche rote Himbeere; sie löst sich vom Blütenboden

und bleibt innen hohl. Reife Früchte lassen sich sogar zwischen den Fingern leicht zerdrücken und bleiben deshalb selten so unbeschädigt und fest wie Beeren aus dem Laden.



Rubus parviflorus mit sehr breiten ahornartig gelappten Blättern, großen weißen Blüten und weichen leuchtend roten Sammelfrüchten

Fernsebner · CC0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Die Art ist im westlichen Nordamerika heimisch. In Kalifornien wächst sie an der Nordküste, in feuchten Wäldern der Küstengebirge, in Gebirgs- und Vorgebirgsregionen der Sierra Nevada, an kühlen Waldrändern und entlang von Waldbächen. Besonders gern breitet sie sich nach einer Auflichtung des Waldes, an Wegrändern und auf feuchten Lichtungen aus.

An geeigneten Standorten können ganze Strauchbestände entstehen. Auf einem trockenen offenen Hang oder in der heißen offenen Ebene des Sacramento Valley ist diese Himbeere dagegen kaum zu sehen. Der Name Waldhimbeere bedeutet also nicht, dass sie in jedem kalifornischen Wald vorkommt.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Triebe erscheinen im Frühjahr, an niedrigen feuchten Standorten bereits im März oder April, in höheren Lagen später. Solange sie weich und noch nicht verholzt sind, dauert ihre kurze Saison für den Rohverzehr an.

Die großen weißen Blüten öffnen sich gewöhnlich zwischen Mai und Juli, örtlich auch außerhalb dieser Spanne. Die roten Früchte werden danach reif, häufig zwischen Juni und August, in kühlen Gebirgsregionen manchmal bis September. So verändert sich der Strauch im Jahresverlauf: zuerst die Triebe, dann die Blüten und zuletzt die Beeren.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Geschälte junge Triebe. In den ersten Wochen ihres Wachstums besitzen sie ein zartes Inneres. Plants For A Future beschreibt ausdrücklich den Rohverzehr junger Triebe, nachdem ihre äußere Haut abgezogen wurde. Später werden die Triebe grob und verholzen. Die Verwendung der jungen weichen Teile gilt daher nicht für ausgewachsene holzige Äste.

Blüten. Plants For A Future nennt auch die Blüten von Rubus parviflorus ausdrücklich als roh essbar. Die weißen fünfblättrigen Blüten erscheinen vor dem größten Teil der Fruchternte und helfen gleichzeitig, die Art von anderen Rubus mit anders gefärbten Blüten und anderem Blattbau zu unterscheiden.

Vollreife rote Früchte. Sie werden frisch gegessen. Ihr Fruchtfleisch ist außerordentlich zart, gelegentlich süß und leicht säuerlich. Vollreife Beeren zerdrücken sich leicht und können schon beim Pflücken zerfallen. Sie sind deshalb besonders für den baldigen Verzehr nach der Ernte geeignet. In ethnobotanischen Beschreibungen der Pazifikküste gehörten diese Früchte zur sommerlichen Beerenernte.

Blätter werden hier nicht als rohe Nahrung bezeichnet. Hinweise auf ihre Verwendung in heißen Getränken beschreiben eine andere Zubereitungsweise und gehören nicht in diesen Abschnitt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die wichtigsten Merkmale sind das große einfache gelappte Blatt, die weiße Blüte und das Fehlen von Stacheln. Bei der Salmonberry Rubus spectabilis besteht ein Blatt meistens aus drei getrennten Fiederblättchen; die Blüten sind leuchtend rosa und die Stängel gewöhnlich stachelig. Die Brombeere Rubus ursinus trägt ebenfalls zusammengesetzte Blätter, und ihre reifen Früchte werden fast schwarz. Große weiße Blüten und der Blattbau sind daher besonders hilfreich, solange noch keine roten Früchte vorhanden sind.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Rubus parviflorus: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubpar
- Plants For A Future, Rubus parviflorus, rohe geschälte Triebe, Blüten und Früchte: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+parviflorus
- Seattle University, Vi Hilbert Ethnobotanical Garden Plant Guide: https://www.seattleu.edu/media/seattle-university/life-at-seattle-u/our-campus/grounds/downloads/Vi-Hilbert-Ethno-Garden-Plant-Guide-complete.pdf

Salmonberry — rosa Frühlingsblüten, geschälte Triebe und orangefarbene Beeren · Rubus spectabilis

Rubus spectabilis

An feuchten Bächen der nordkalifornischen Küste öffnen sich gegen Ende des Winters und im Frühjahr große rosa Blüten. Sie gehören zur Salmonberry, einem Waldstrauch, der im Sommer durchscheinend orangefarbene, goldgelbe und manchmal rote Beeren hervorbringt. Nahrung liefert er in mehreren aufeinanderfolgenden Phasen: zarte Triebe im Frühjahr, Blüten während der Blütezeit und anschließend reife Früchte.



Rubus spectabilis mit dreiteiligen gezähnten Blättern, großen purpurrosa Blüten und durchscheinenden gelborangen Sammelfrüchten

Forest Service Alaska Region, USDA (Flickr) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Salmonberry ist ein ausdauernder laubabwerfender Strauch mit langen bogenförmigen Stängeln. Er wird häufig ein bis drei Meter hoch und bildet durch unterirdische Ausläufer dichte Bestände. An jungen wie älteren Trieben können kleinere Stacheln stehen. Die Zweige wachsen deutlich aufrechter und höher als die kriechenden Triebe der Kalifornischen Brombeere.

Ein Blatt besteht gewöhnlich aus drei getrennten Fiederblättchen mit scharf gezähnten Rändern. Das mittlere Blättchen ist größer als die beiden seitlichen. Junge Blätter entwickeln sich früh, wenn der umgebende Wald noch winterlich aussieht.

Die vergleichsweise großen Blüten besitzen fünf kräftig rosa bis purpurrosa Kronblätter und gelbe Staubblätter in der Mitte. Sie stehen einzeln oder in kleinen Gruppen an kurzen Seitenzweigen. Die Früchte erinnern an Himbeeren: Sie bestehen aus vielen rundlichen kleinen Teilfrüchtchen. Ihre Farbe reicht bei Reife je nach Pflanze von Hellgelb über Orange bis Rot. Sie hängt also nicht ausschließlich vom Reifegrad ab.



Rubus spectabilis mit dreiteiligen gezähnten Blättern, großen purpurrosa Blüten und durchscheinenden gelborangen Sammelfrüchten

Gordon Leggett · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Rubus spectabilis ist an der Pazifikküste heimisch. In Kalifornien ist die Art besonders aus Del Norte, Humboldt und Mendocino County bekannt. Eine eigene kalifornische Varietät kommt auch weiter südlich vor, in den Küstengebirgen bis in die Gegend um Santa Cruz.

Sie bevorzugt milde feuchte Winter und kühle Sommer. Man findet sie an Bachufern, Waldrändern, auf Lichtungen in Redwood-Wäldern und an feuchten Hängen. Manchmal versperren ihre dichten stacheligen Bestände fast vollständig den Zugang zum Ufer. Auf trockenen offenen Flächen des Central Valley wachsen solche Dickichte normalerweise nicht.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Triebe und zarte Blätter beginnen sich im Spätwinter oder frühen Frühjahr zu entwickeln. An der südlichen Verbreitungsgrenze können die Blüten bereits im Februar erscheinen. In Kalifornien ist die Blüte ungefähr von Februar bis Juni dokumentiert, besonders ausgeprägt im Frühjahr.

Die Früchte gehören zu den frühen Beeren der feuchten Küstenwälder. Einige reifen bereits im Mai oder Juni, an kühleren Standorten dauert die Fruchtzeit über den Sommer an, mitunter bis August. Die genauen Wochen hängen von Höhenlage, Wetter und der Nähe zum Ozean ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Geschälte junge Triebe. Solange ein Frühjahrstrieb saftig ist, gerade erst aus dem Boden kommt und noch nicht hart geworden ist, wird die feste äußere Schicht abgezogen und das zarte Innere roh gegessen. Diese Nahrung steht nur während einer kurzen Frühlingsphase zur Verfügung; ausgewachsene verholzte Zweige sind dafür nicht geeignet. Die Verwendung ist von indigenen Völkern der Pazifikküste bekannt und wird in botanischen Lebensmittelverzeichnissen ausdrücklich für Rubus spectabilis genannt.

Rosa Blüten. Plants For A Future beschreibt die Blüten dieser Art ausdrücklich als roh essbar. Sie sind während der Blütezeit vor der Haupternte der Früchte verfügbar.

Reife Beeren. Orangefarbene, gelbe und rote Früchte lassen sich frisch essen. Sie sind weich und saftig und können süß, wässrig oder etwas herb schmecken. Die Farbe allein darf nicht als Reifetest dienen; auch die Weichheit ist entscheidend.

Salmonberries wurden besonders frisch verzehrt. Der USDA Forest Service betont, dass diese Früchte überwiegend frisch gegessen und nur selten getrocknet wurden. Natürliche Trocknung sollte deshalb nicht als allgemein übliche Methode der Salmonberry-Vorratshaltung dargestellt werden. Blätter, die manche Quellen für heißen Tee nennen, werden hier nicht als rohe Nahrung aufgenommen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Große leuchtend rosa Blüten, Blätter aus drei Fiederblättchen, hohe stachelige Triebe und weiche orange bis rote Früchte unterscheiden die Salmonberry von verwandten Arten. Die Thimbleberry Rubus parviflorus besitzt einfache große gelappte Blätter, weiße Blüten und stachellose Stängel. Bei der gewöhnlichen heimischen Brombeere Rubus ursinus kriechen die Triebe über den Boden, und die reifen Früchte werden beinahe schwarz. Die Blüte ist zur Unterscheidung dieser Arten deutlich verlässlicher als eine einzelne zufällig gefundene rote Beere.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Rubus spectabilis, Botanik, Verbreitung, Saison und Nahrungsgeschichte: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubspe
- Plants For A Future, Rubus spectabilis, rohe geschälte Triebe, Blüten und Früchte: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+spectabilis
- Native American Traditional Indigenous Food Systems, Salmonberry: https://natifs.org/blog/plant-card/salmonberry/

Ulmenblättrige Brombeere — dunkle Früchte an bläulich bereiften Ranken · Rubus ulmifolius

Rubus ulmifolius

An einer alten Hecke oder am Rand eines Küstenwaldes sieht man gelegentlich Brombeerranken mit blaugrauem Wachsüberzug, Dornen und rosa Blüten. Gegen Ende des Sommers reifen daran dunkle glänzende Sammelfrüchte. Dies ist Rubus ulmifolius, die Ulmenblättrige Brombeere, eine aus Europa eingeführte Art, die in Kalifornien vereinzelt verwildert. Die reifen Früchte können roh gegessen werden. Wichtig ist jedoch die Abgrenzung von zahlreichen anderen Brombeeren, vor allem der weitverbreiteten Himalaya-Brombeere.



Rubus ulmifolius mit bläulich bereiften dornigen Ranken, weißlich filzigen Blattunterseiten, rosa Blüten und schwarzen Sammelfrüchten

Tranceliner · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es ist ein ausdauernder Strauch mit langen bogenförmigen bis fast kriechenden dornigen Ranken, die mehrere Meter lang werden können. Junge Stängel tragen häufig einen bläulichen Wachsüberzug und große rückwärts gebogene Stacheln. Die zusammengesetzten Blätter besitzen gewöhnlich drei bis fünf gezähnte Fiederblättchen. Das Endblättchen ist breiter als die seitlichen; ihre Unterseite ist bei vielen Exemplaren weißlich-filzig. Die Blüten stehen in verzweigten Trauben. Ihre Krone besteht aus fünf hellrosa bis rosafarbenen Kronblättern, in der Mitte sitzen zahlreiche Staubblätter. Die Früchte sind Sammelfrüchte aus kleinen saftigen Steinfrüchtchen: Zunächst rot, werden sie bei voller Reife fast schwarz. Eine gepflückte Brombeere behält den hellen Fruchtboden in ihrem Inneren, anders als eine echte Himbeere.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora dokumentiert Rubus ulmifolius außerhalb von Kulturpflanzungen in Kalifornien, allerdings relativ selten, mit ungefähr hundert Beobachtungen. Die Art kommt bei alten Pflanzungen und Hecken, an gestörten Rändern von Küstenwäldern und in manchen feuchten Canyons vor. Die meisten vertrauten großen Brombeerdickichte im Sacramento Valley gehören zu anderen Arten, beispielsweise Rubus armeniacus, und nicht unbedingt zu Rubus ulmifolius. Eine einzelne dunkle Sammelfrucht beweist keineswegs diese bestimmte Art. An privaten Hecken darf nur mit Zustimmung der Eigentümer gesammelt werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr öffnen sich an überwinterten Zweigen die Blüten, während sich im Sommer zahlreiche kleine grüne Früchte entwickeln. Sie reifen ungleichmäßig, gewöhnlich zwischen Juli und September, an der kühleren Küste manchmal später. Vollreife erkennt man an der fast schwarzen Färbung, der weichen Konsistenz und dem leichten Ablösen vom Fruchtstiel. Rote Beeren sind noch fest und wesentlich saurer. Nach Regen und mechanischen Schäden können die weichen Früchte schnell verschimmeln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollreife Früchte. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr von Rubus ulmifolius. Die aromatischen Beeren schmecken süß bis süßsäuerlich und bestehen aus vielen kleinen Steinfrüchtchen mit Samen. Man isst sie frisch oder zerdrückt sie zu einem kalten Fruchtsaft; die Masse kann nach Belieben abgesiebt werden. Bei trockenem warmem Wetter lassen sich saubere, schimmelfreie Beeren auch ohne Feuer natürlich trocknen. Blätter, Wurzeln und junge Triebe können in anderen Zusammenhängen verwendet werden, doch hier liegt kein eigenständiger verlässlicher Nachweis für ihren Rohverzehr als Nahrung vor.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Rubus armeniacus hat häufig kräftigere kantige Triebe, größere Fiederblättchen und weiße oder blassrosa Blüten. Allerdings überschneiden sich manche Merkmale dieser beiden eingeführten Brombeeren. Die heimische Rubus ursinus bildet gewöhnlich dünnere Ranken und unterscheidet sich in Wuchs und Blütenmerkmalen. Rubus leucodermis trägt dunkle Himbeeren, die sich beim Pflücken ohne den inneren Fruchtboden lösen. Zur sicheren Artbestimmung sind Blätter, Blüten, Stacheln, Stängel und Früchte gemeinsam erforderlich. Kann die Art nicht bestimmt werden, darf man sie nicht allein nach dem Geschmack der Beere benennen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9215
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+ulmifolius

Kalifornische Brombeere — dünne kriechende Ranken und Sommerfrüchte · Rubus ursinus

Rubus ursinus

Die langen dünnen Triebe dieser Brombeere wachsen weniger aufrecht, sondern kriechen über den Boden, verflechten sich mit anderen Sträuchern und hängen über Hänge hinab. Im Frühjahr erscheinen daran helle Blüten, im Sommer kleine Früchte, die ihre Farbe von Grün über Rot bis beinahe Schwarz verändern. Es ist eine in Kalifornien heimische Art, nicht die kräftige Himalaya-Brombeere, die häufig Straßenränder und Brachen überwuchert.



Rubus ursinus mit dünnen bodennahen dornigen Ranken, meist drei gezähnten Blättchen, hellen Blüten und reifen dunkelvioletten Brombeeren

Gaia Leo · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Wuchsform. Der ausdauernde Strauch bildet niedrige Dickichte aus langen biegsamen Ranken. Ein einzelner Trieb kann mehrere Meter lang werden und an seiner Spitze Wurzeln bilden, wenn er feuchten Boden berührt. Junge Stängel sind dünn und oft behaart. Ältere tragen zahlreiche relativ feine gerade Stacheln.

Blätter. Gewöhnlich setzt sich ein Blatt aus drei getrennten Fiederblättchen zusammen, seltener sind es fünf. Die Blättchen besitzen gezähnte Ränder, sind oberseits grün, unterseits heller und oft behaart. Auch Blattstiele und Blattachsen können Stacheln tragen.

Blüten. Im Frühjahr erscheinen weiße oder zartrosa Blüten mit fünf Kronblättern. Bei Rubus ursinus befinden sich männliche und weibliche Blüten häufig an verschiedenen Pflanzen. Deshalb trägt nicht jede blühende Ranke später Früchte.



Rubus ursinus mit dünnen bodennahen dornigen Ranken, meist drei gezähnten Blättchen, hellen Blüten und reifen dunkelvioletten Brombeeren

CAJC: in the PNW · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

Früchte. Eine Brombeere besteht aus vielen kleinen saftigen Steinfrüchtchen, die gemeinsam eine Sammelfrucht bilden. Anfangs ist sie grün, dann rot; erst bei voller Reife wird sie dunkelviolett oder nahezu schwarz. Gewöhnlich ist die Sammelfrucht länglich und etwa ein bis zwei Zentimeter lang. Vollreife Beeren sind weich und süß, auch wenn der Geschmack deutlich schwanken kann.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Es ist ein weit verbreiteter heimischer Strauch des westlichen Nordamerikas. In Kalifornien kommt er an der Küste, an Waldrändern, Bächen, in Schluchten, im Gebüsch und an Rändern feuchter Wiesen vor. Man findet ihn sowohl in geeigneten Auenbeständen des Sacramento Valley als auch in den Vorbergen.

An ausreichend feuchten Orten können dichte Bestände entstehen. Auf trockenen offenen Hängen sind die Früchte dagegen spärlich oder die Pflanze fehlt. Große dornige Dickichte entlang von Straßen gehören außerdem häufig nicht dieser Art, sondern der eingeführten Himalaya-Brombeere.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen die allerjüngsten weichen Triebe, bevor sie grob und stachelig werden.

Zwischen Spätwinter und Sommer öffnen sich in den verschiedenen Regionen die Blüten. Vielerorts reifen die Früchte von Juni bis August. An der kühlen Küste und in einzelnen Jahren verschieben sich die Zeiträume. An derselben Ranke sieht man gleichzeitig rote unreife und bereits schwarze reife Beeren. Zum Frischverzehr werden die weichen reifen Früchte ausgewählt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Sie werden frisch gegessen. Historische Quellen über indigene Völker der westlichen Küste erwähnen frische Brombeeren im Sommer sowie getrocknete Früchte als Vorrat für die Zeit nach der Ernte.

Junge Triebe. Plants For A Future beschreibt ausdrücklich junge Triebe von Rubus ursinus als roh essbar, solange sie gerade erst aus dem Boden kommen und weich sind. Das gilt nicht für ausgewachsene harte dornige Ranken.

Kaltes Beerengetränk. Für Rubus ursinus ist außerdem eine Verwendung dokumentiert, bei der nicht vollständig reife Beeren in Wasser eingeweicht und zu einem kalten Getränk verarbeitet wurden. Ein Erhitzen war nicht erforderlich. Dies ist eine eigene Zubereitungsweise, keine Empfehlung, saure unreife Beeren in großen Mengen zu essen.

Getrocknete Beeren. Reife Früchte konnten als Vorrat getrocknet und später gegessen werden. Hier geht es um Trocknung ohne Kochen und nicht um die Herstellung von Marmelade.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Himalaya-Brombeere Rubus armeniacus trägt ebenfalls schwarze essbare Früchte, bildet aber gewöhnlich mächtigere hohe Dickichte. Ihre Blätter besitzen oft fünf Fiederblättchen, die Stängel sind dick und kantig und tragen große feste Dornen. Bei der heimischen Rubus ursinus sind die Stängel dünner, rundlicher und kriechend; die Blätter bestehen gewöhnlich aus drei Blättchen.

Besonders wichtig ist die Unterscheidung junger dreiteiliger Blätter von denen der giftigen Westlichen Gifteiche, poison oak (Toxicodendron diversilobum). Auch sie hat drei Blättchen, aber keine dornigen Brombeerranken. Ihre Früchte sind weißlich und nicht aus schwarzen saftigen Steinfrüchtchen zusammengesetzt. Der Pflanzensaft kann schwere Hautreizungen hervorrufen. Fehlt eine eindeutige Kombination typischer Brombeermerkmale, darf man die Art nicht anhand der Blattform allein bestimmen.

QUELLEN

- UC IPM, Wild Blackberries, Artunterschiede und poison oak: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/wild-blackberries/
- USDA Forest Service, Rubus ursinus, Jahreszeiten, Lebensraum, Früchte und Kaltgetränk: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/ruburs
- Oregon State University, Rubus ursinus, Strauchbau, Blätter und Früchte: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/rubus-ursinus
- Plants For A Future, Rubus ursinus, rohe junge Triebe: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+ursinus

Krauser Ampfer — sehr junge säuerliche Blätter der Frühjahrsrosette · Rumex crispus

Rumex crispus

Auf feuchtem Boden erscheint nach Regenfällen mitunter eine Rosette langer schmaler Blätter, deren Ränder in kleinen Wellen gekräuselt sind. Später steigt darüber ein hoher Blütenstängel mit grünlich-rötlichen Samenrispen auf. Es ist Rumex crispus, der Krause Ampfer, eine in Kalifornien verbreitete Pflanze, deren essbare Eigenschaften seit Langem bekannt sind. Für die Ernährung ohne Erhitzen ist das Zeitfenster jedoch eng: Nur sehr junge Blätter kommen infrage, solange sie noch nicht allzu bitter sind und ihr Säuregehalt sie zu einer schwer verträglichen grünen Nahrung macht.



Rumex crispus mit schmalen langgestreckten Blättern und stark gekräuseltem Rand sowie hoch aufragenden rotbraunen Fruchtständen

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die ausdauernde Art gehört zu den Knöterichgewächsen und besitzt eine kräftige Pfahlwurzel. Zu Saisonbeginn stehen die Blätter in einer bodennahen Rosette. Sie sind länglich, manchmal mehrere Dutzend Zentimeter lang, mit ausgeprägter Mittelrippe und einem besonders charakteristischen stark gewellten, krausen Blattrand. Die Blattspreite ist verhältnismäßig schmal; ihre Basis ist eher keilförmig oder leicht abgerundet.

Der Blütenstängel wird ungefähr einen Meter hoch oder höher, verzweigt sich unten kaum und bildet oben dichte Gruppen unscheinbarer grüner Blüten. Sie werden allmählich rotbraun. Nach der Blüte umgeben drei vergrößerte Blütenhüllblätter jede Frucht; an einem oder mehreren können kleine Verdickungen sitzen. Am Blattgrund befindet sich eine dünne häutige Blattscheide, die Ochrea, ein typisches Merkmal der Knöterichgewächse.

Auf einer offenen Wiese bleibt der hohe trockene Fruchtstand auch dann sichtbar, wenn die jungen Blätter längst grob geworden sind. Die trockenen Rispen sind aber lediglich ein Erkennungsmerkmal der ausgewachsenen Pflanze, keine Einladung, alte Blätter zu essen.



Rumex crispus mit schmalen langgestreckten Blättern und stark gekräuseltem Rand sowie hoch aufragenden rotbraunen Fruchtständen

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

UC IPM dokumentiert Rumex crispus in ganz Kalifornien bis in Höhen von ungefähr 2.500 Metern. Die Pflanze wächst auf niedrigen feuchten Flächen, an Bächen und Gräben, auf offenen Wiesen, Weiden und gestörten Feldern. Sie kommt in Tälern wie in kühleren Vorbergen vor, besonders dort, wo der Boden nach Regen länger feucht bleibt.

Sie ist häufig, muss aber keineswegs in jedem Wald vorkommen: Meist bevorzugt sie offene sonnige oder halbschattige Stellen. Pflanzen aus verschmutzten Gräben und behandelten landwirtschaftlichen Flächen sind selbst bei korrekter Bestimmung nicht für den Rohverzehr geeignet.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Winter und Frühjahr. In milden Niederungen können die neuen Blätter nach den Herbstregen erscheinen und im Winter und zeitigen Frühjahr aktiv wachsen. Im Stadium der jungen Rosette sind sie am zartesten.

Frühjahr und Sommer. Der hohe Blütenstängel entwickelt sich, während die Blätter größer, grob und gewöhnlich bitterer werden. In kühleren höheren Lagen verschiebt sich diese Entwicklung nach hinten.

Spätsommer und Herbst. Die Früchte trocknen aus und bleiben am Stängel erkennbar, doch das Grün ist oft bereits alt. Nach erneuter Feuchtigkeit kann die Pflanze wieder einen kleinen jungen Austrieb bilden.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Sehr junge Blätter. Plants For A Future und ECHO beschreiben den Rohverzehr dünner junger Rumex-crispus-Blätter als kleine Menge säuerliches Grün. Sie besitzen einen ausgeprägten ampferartigen Geschmack und eignen sich daher gewöhnlich als Zugabe, nicht als eigenständige große Portion.

Die Beschränkung hängt mit Oxalaten zusammen. Krauser Ampfer enthält Oxalsäure; ihre Menge und Zusammensetzung können sich mit dem Blattalter und den Wachstumsbedingungen verändern. Große Portionen roher Blätter und ein dauerhafter täglicher Verzehr sind unerwünscht, insbesondere bei Nierenerkrankungen oder einer Neigung zu Oxalatsteinen. Manche Ernährungstraditionen bereiten die Blätter gesondert zu, doch solche Verfahren gehören nicht zum Speiseplan ohne Feuer.

Samen und das Innere von Stängeln werden in einigen Nachschlagewerken ebenfalls als Nahrung genannt. Für den praktischen Rohverzehr sind sie jedoch weniger geeignet: Reife Samen besitzen harte Hüllen und ältere Stängel werden grob. Der Schwerpunkt dieser Beschreibung bleibt auf ganz jungen Blättern in sehr maßvoller Menge.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Rumex obtusifolius, der Stumpfblättrige Ampfer, besitzt meist breitere und weniger krause Blätter; auch die Fruchthülle unterscheidet sich. Einige andere Rumex-Arten tragen ähnliche hohe rotbraune Rispen. Ein Blütenstand allein beweist daher nicht die Art. Vor der Fruchtbildung sind junge Pflanzen besonders schwer auseinanderzuhalten.

Für Rumex crispus sind die Kombination aus schmaler Blattspreite, stark gewelltem Blattrand, häutiger Ochrea und charakteristischen reifen Früchten wichtiger als der saure Geschmack. Ein unbekannter Ampfer darf nicht durch Probieren bestimmt werden: Säure kommt bei vielen Pflanzen vor und beweist keine Lebensmittelsicherheit.

QUELLEN

- UC IPM — Curly Dock: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/curly-dock/
- Plants For A Future — Rumex crispus: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rumex+crispus
- ECHO — Rumex crispus, edible wild leaves: https://www.echocommunity.org/en/resources/d64aaec7-ed7b-49b7-8fd3-75d5d12fcc5a
- University of Colorado — Curly Dock and Oxalic Acid: https://www.colorado.edu/asmagazine/2024/05/28/curly-dock-has-all-traits-super-weed

Pazifischer Queller — salzige grüne Triebspitzen der Gezeiten-Salzwiesen · Salicornia pacifica

Salicornia pacifica

In den Salzwiesen an Kaliforniens Pazifikküste liegen niedrige Teppiche aus fleischigen grünen Stängeln, die aus kurzen zylindrischen Gliedern bestehen. Gegen Saisonende werden sie rot und verleihen dem Marschland eine ungewöhnliche Färbung. Es handelt sich um Salicornia pacifica, den Pazifischen Queller, der in manchen Quellen auch Sarcocornia pacifica genannt wird. Seine zarten grünen Triebspitzen sind als roh essbares salziges Grün bekannt. Sein Standort ist jedoch vom Gezeitenwasser, hohen Salzgehalten und möglicher Anreicherung von Schadstoffen geprägt. Ohne Kenntnisse über den Zustand des Salzmarsches sollte man die Pflanzen nicht sammeln.



Salicornia pacifica als niedriger Teppich aus fleischigen grünen gegliederten Stängeln in einer kalifornischen Gezeiten-Salzwiese

Peter Pearsall / USFWS Pacific Region · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die ausdauernde sukkulente Pflanze bildet dichte niedrige Büsche oder Teppiche von wenigen Zentimetern bis ungefähr einem halben Meter Höhe. Die zahlreichen verzweigten Triebe sind saftig und grün und können bei Stress oder im Herbst rot werden. Jeder Trieb besteht aus kurzen fleischigen Gliedern mit auffälligen Einschnürungen an den Knoten, wie aneinandergesetzte Zylinder. Die eigentlichen Blätter sind winzig, zu kaum sichtbaren Schuppen reduziert und mit dem Stängel verwachsen. Die grünen Sprossglieder übernehmen die wesentliche Photosynthese. Die winzigen Blüten sitzen in Vertiefungen innerhalb der fleischigen Abschnitte und besitzen keine auffälligen Kronblätter. Nach der Bestäubung bilden sich kleine Samen. Für die Bestimmung ist es wichtig, einen niedrigen Teppich aus ausdauernden verzweigten Segmenten im typischen Salzmarsch zu sehen und nicht nur ein abgerissenes grünes Stängelstück.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Salicornia pacifica als heimische Pflanze der kalifornischen Salzmarschniederungen. Zahlreiche Funde stammen aus San Mateo, Solano, Marin, San Diego, Orange, Ventura, Santa Barbara und weiteren Küsten-Countys. Die University of California Santa Barbara beschreibt sie als eine der dominierenden Arten der küstennahen Salzwiesen. Im Gebiet der San Francisco Bay und des Deltas gibt es geeignete Salzmarschgesellschaften. Es handelt sich jedoch nicht um gewöhnliches Süßwassergrün in Sacramento. Der Queller wächst auf ebenen Flächen, die regelmäßig von Brackwasser überflutet werden, und erträgt hohe Salzkonzentrationen. Viele solcher Standorte stehen unter Schutz und sind nur eingeschränkt zugänglich.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Da die Pflanze ausdauernd ist, können grüne Triebe über einen großen Teil des Jahres vorhanden sein. Am zartesten und saftigsten sind die jungen Spitzen während des aktiven Wachstums im Frühjahr und Sommer, wenn die Tage länger werden und Wasser verfügbar ist. In der zweiten Jahreshälfte werden manche Stängel rot, älter und zäher. Die unauffällige Blüte und die Samenreife variieren nach der Höhenlage innerhalb des Gezeitenbereichs. Für den kalten Verzehr ist gerade der zarte junge grüne Zuwachs geeignet, nicht der feste alte rote Spross.



Salicornia pacifica als niedriger Teppich aus fleischigen grünen gegliederten Stängeln in einer kalifornischen Gezeiten-Salzwiese

jkirkhart35 · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Zarte grüne Stängelglieder. Das San Diego Natural History Museum und Watershed Nursery beschreiben den Rohverzehr von Pazifischem Queller. Die Glieder sind saftig, knackig und sehr salzig. Man kann sie in sehr kleiner Menge als würzige Zugabe zu anderen kalten Speisen verwenden. Der Queller darf nicht als hauptsächliches Gemüse für den täglichen Bedarf dienen, denn seine Salzbelastung kann übermäßig hoch sein.

Junge Spitzen. Sie enthalten weniger grobe alte Gewebe und schmecken milder. Wegen ihres Standorts ist die Herkunft jedoch besonders wichtig: In Salzmarschen können Schwermetalle, verschmutzte Abwässer und Mikroorganismen in Pflanze und Umgebung auftreten. Fehlen verlässliche Informationen über Wasserqualität und die Erlaubnis zum Sammeln, bleibt die Pflanze unberührt. Abspülen entfernt keine Schwermetalle, die bereits in das Pflanzengewebe gelangt sind.

Wurzeln, trockene Samen und alte rote verholzte Teile zählen nicht zur rohen Nahrung.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

In Kalifornien gibt es ähnliche Salicornia- und Arthrocnemum-Arten, darunter Arthrocnemum subterminale. Letztere bildet dunklere aufrechte Bestände und wächst höher am Salzmarshang; einzelne grüne Glieder können sich dennoch ähneln. Zur sicheren Artbestimmung betrachtet man den ausdauernden Wuchs, die Lage in der Gezeitenzone und den Bau der Blütenstände. Salziger Geschmack ist kein Bestimmungsmerkmal, da auch andere Marschpflanzen salzig sind. Der Zugang zu geschützten Salzwiesen kann beschränkt sein. Gezeiten, tiefer Schlick und unsicheres Wasser stellen eigene Gefahren dar, selbst wenn die Pflanze korrekt bestimmt wurde.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=12001
- https://www.ncos.ccber.ucsb.edu/native-plant-habitats/coastal-salt-marsh
- https://coasttocactus.sdnhm.org/plants/pacific-pickleweed
- https://www.watershednursery.com/nursery/plant-finder/salicornia-pacifica/

Russische Salzkraut-Tumbleweed — junge grüne Triebe vor dem Verdornen · Salsola tragus

Salsola tragus

Im Spätsommer sieht man auf trockenen Brachen Kaliforniens fast kugelförmige Büsche aus zahlreichen dünnen, ineinander verschlungenen Zweigen. Im Herbst vertrocknen manche dieser Pflanzen, brechen an der Basis ab und rollen mit dem Wind über offene Flächen. Im Frühjahr sieht der spätere stachelige Ball jedoch völlig anders aus: Er ist eine zarte grüne einjährige Pflanze mit saftigen dünnen Trieben. Nur für dieses frühe Stadium ist eine begrenzte Verwendung als rohe Nahrung beschrieben.



Salsola tragus mit feinen grünen jungen Trieben, später dicht verzweigten kugelförmigen dornigen Zweigen und kleinen geflügelten Früchten

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Salsola tragus ist ein einjähriges Kraut, das zu einem dichten verzweigten Busch von etwa dreißig Zentimetern bis zu einem Meter oder mehr im Durchmesser heranwachsen kann. Die Stängel sind hellgrün, gelegentlich mit rötlichen Streifen. Junge Blätter sind schmal, fast zylindrisch, leicht fleischig und wirken mitunter weich. Mit zunehmendem Alter verhärten sich die Spitzen der Blätter und Tragblätter, werden scharf und stachelig.

Der Hauptstängel verzweigt sich früh. Die erwachsene Pflanze bildet ein dichtes Netz bogenförmiger Triebe und bekommt eine kugelige bis halbkugelige Gestalt. Winzige grünlichrosa Blüten sitzen in den Blattachseln und sehen nicht wie gewöhnliche große Blüten mit auffälligen Kronblättern aus. Bei reifenden Früchten vergrößern sich Teile der Blütenhülle zu dünnen durchscheinenden Flügeln, manchmal mit rosafarbenem Ton. Sobald die oberirdische Pflanze austrocknet, können die Zweige vom Wurzelteil abbrechen und vom Wind samt den Samen fortgetragen werden.

Der botanische Name birgt eine erhebliche Schwierigkeit. In Kalifornien kommen die äußerlich sehr ähnlichen Salsola tragus, S. australis und S. ryanii nebeneinander vor. Unterschiede zeigen sich unter anderem in Blütengröße und weiteren Fortpflanzungsorganen. Im Stadium der jungen grünen Triebe kann eine zuverlässige Artbestimmung unmöglich sein.



Salsola tragus mit feinen grünen jungen Trieben, später dicht verzweigten kugelförmigen dornigen Zweigen und kleinen geflügelten Früchten

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 us · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Russisches Salzkraut ist kein Waldgrün, sondern eine Pflanze offener trockener Landschaften. In Kalifornien wachsen die Arten dieser Gruppe verbreitet auf sandigen und lockeren Böden, Weiden, aufgegebenen Feldern, gestörten Straßenrändern und in Wüstentälern. UC IPM beschreibt ihr Vorkommen im ganzen Bundesstaat, besonders im Süden, bis in Gebirgshöhen von ungefähr 2.700 Metern.

Ein ausgewachsener üppiger Ball kann eine enorme Menge Samen enthalten. Auf offenem lockerem Boden erscheinen deshalb manchmal zahlreiche Keimlinge. Besonders typisch ist die Pflanze jedoch für bereits gestörte Vegetationsflächen. Gerade diese Standorte sind für die Ernte frischen Grüns oft ungeeignet: An Straßen und in Agrarlandschaften können Herbizide und verunreinigtes Oberflächenwasser auftreten.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Frühjahr. Nach dem Keimen erscheinen dünne saftige Blätter und weiche grüne Triebspitzen. In heißen Niederungen kann diese Phase sehr kurz sein.

Frühsommer. Die Pflanze verzweigt sich kräftig, einige Triebe bleiben noch weich. Mit fortschreitendem Wachstum entwickeln sich harte Spitzen.

Sommer bis Herbst. Winzige Blüten und Früchte entstehen, der Busch wird rasch stachelig. In diesem Stadium sind grüne Triebe nicht mehr zum Verzehr geeignet.

Herbst und Winter. Der trockene Ball verbreitet Samen, ist selbst aber kein essbarer Teil eines Speiseplans ohne Feuer.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ganz junge Blätter und Triebspitzen. Ein artspezifischer Pflanzenführer des USDA NRCS nennt ausdrücklich den Rohverzehr junger Spitzen von Salsola tragus. Vor dem Auftreten der Stacheln sind sie weich, saftig und manchmal leicht salzig. In traditionellen Nahrungsbeschreibungen dienten sie als kleine Ergänzung zu frischem Grün.

Rohe Salzkrauttriebe dürfen jedoch nicht als verlässliche dauerhafte Nahrungsquelle gelten. Je nach Boden und Wachstumsbedingungen kann die Pflanze Nitrate und lösliche Oxalate anreichern. Untersuchungen fanden stark unterschiedliche Gehalte zwischen Proben; die sichtbare Weichheit eines Triebs sagt nichts über deren Konzentration aus. Hinzu kommt die Ähnlichkeit mehrerer Arten in genau diesem frühen Stadium. Für eine Reise ohne Möglichkeit zur sicheren Artbestimmung und zur Beurteilung des Standorts sind wild gesammelte Triebe deshalb keine praktische Empfehlung.

Ausgewachsene harte Blätter, Stängel, Früchte und Samen gehören nicht zum rohen Lebensmittelangebot. Verlässliche Gründe, sie ohne Verarbeitung als unmittelbar essbare Nahrung zu beschreiben, liegen hier nicht vor.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Salsola australis und Salsola ryanii bilden vergleichbare stark verzweigte Büsche. Die entscheidenden Unterschiede sind häufig erst während Blüte und Fruchtbildung erkennbar. Deshalb wäre es falsch, jeden grünen Keimling als „essbare Salsola tragus“ zu bezeichnen.

Auch andere trockenheitsangepasste Pflanzen besitzen schmale fleischige Blätter oder eine kugelige Wuchsform. Ausgewachsene Steppenläufer müssen anhand von Verzweigung, Blüten und Früchten abgeglichen werden. Diese Merkmale sind aber meist erst dann zu erkennen, wenn die Phase des weichen essbaren Grüns bereits vorbei ist. Das Auseinanderfallen von Erntesaison und sicherem Bestimmungszeitpunkt schränkt den praktischen Wert für die rohe Wildpflanzenernte wesentlich ein.

QUELLEN

- UC IPM — Russian Thistle, Botanik und ähnliche Arten: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/russian-thistle/
- UC IPM — Russian Thistle, Wachstum und Einschränkungen als Nahrung: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/russian-thistle/
- USDA NRCS — Prickly Russian Thistle Plant Guide: https://www.nrcs.usda.gov/plantmaterials/nvpmcpg13347.pdf
- USDA ARS — Untersuchungen zum Salsola-Komplex: https://www.ars.usda.gov/research/publications/publication/?seqNo115=236540

Kalifornischer Chia-Salbei — Samen, die in kaltem Wasser aufquellen · Salvia columbariae

Salvia columbariae

Nach den Winterregen wachsen auf offenen Hängen Südkaliforniens kleine Kräuter mit runzeligen graugrünen Blättern. Im Frühjahr erscheinen leuchtende blauviolette Blüten, die in dichten, voneinander getrennten Quirlen um den Stängel sitzen. Später reifen in den vertrockneten Kelchen winzige dunkle Samen, die einfaches kaltes Wasser in eine dickflüssige nahrhafte Mischung verwandeln können. Das ist Salvia columbariae, die in Kalifornien heimische Chia-Art. Ihre Samen wurden roh und ohne Feuer eingeweicht gegessen. Botanisch ist sie nicht mit der kommerziell angebauten Salvia hispanica identisch, auch wenn sich Verwendungen teilweise ähneln.



Salvia columbariae mit runzeligen behaarten Rosettenblättern, getrennten Quirlen blauvioletter Blüten und trockenen samenhaltigen Kelchen

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Chia ist ein saisonales Kraut aus der Familie der Lippenblütler. Nach Regen entsteht zunächst eine Rosette bodennaher Blätter: Sie sind länglich, weich behaart, rundlich gezähnt und zwischen den Adern deutlich runzelig. Die jungen gestielten Blätter können an der Basis rötlich gefärbt sein. Im Frühjahr erhebt sich daraus ein gerader, annähernd vierkantiger Blütenstängel, bisweilen bis einen halben Meter hoch. Die Blüten stehen in dichten voneinander getrennten Quirlen und sind von grünen oder purpurnen Tragblättern umgeben. Jede Blüte besitzt eine zweilippige blaue oder violette Krone: Die Oberlippe wirkt wie eine kleine Haube, die Unterlippe bildet einen Landeplatz für Insekten. Nach dem Verblühen fallen die Kronen ab; zurück bleiben die Kelche, in denen sich je vier kleine Nüsschen entwickeln können. Bei Reife werden sie dunkelgrau oder braun. Schon zu Beginn des Sommers vertrocknet häufig die gesamte oberirdische Pflanze. Für die Bestimmung braucht man die Kombination aus runzeligen Grundblättern, Blütenquirlen und vierteiliger Frucht, nicht nur einen salbeiartigen Duft.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Salvia columbariae als heimische kalifornische Art mit Tausenden dokumentierten Beobachtungen. Besonders charakteristisch sind Coastal Sage Scrub, Creosote Bush Scrub, Chaparral und trockene offene Bereiche des Foothill Woodland in Süd- und Zentralkalifornien. In Wüstenregionen fällt die Pflanze nach feuchten Wintern auf; in extrem trockenen Jahren bleiben manche Hänge fast ohne Grün. Im Sacramento Valley ist sie kein gewöhnliches Rasenkraut. Die meisten natürlichen Fundorte liegen an südlicheren trockenen Hängen, darunter bei Joshua Tree und im Antelope Valley. An geeigneten Stellen kann sie zahlreich vorkommen, Samen lassen sich jedoch erst nach vollständiger Reife gut ernten, wenn die Ähren trocken sind. In Nationalparks und Naturschutzgebieten kann Sammeln untersagt sein.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Keimlinge erscheinen nach Herbst- und Winterregen; die zarten Blätter entwickeln sich während der kühlen Wochen. Auf niedrigen warmen Hängen Kaliforniens beginnt die Blüte häufig im März und dauert bis April oder Mai, in kühleren Gebieten später. Anschließend werden die zunächst grünen Kelche braun; die dunklen reifen Samen entstehen im späten Frühjahr und Frühsommer. Plants For A Future nennt für einen gemäßigten Gartenanbau spätere Monate, die nicht einfach auf den wüstenartigen Süden Kaliforniens übertragen werden dürfen. Entscheidend sind trockene Fruchtkelche, aus denen dunkle harte Samen herausfallen. Weiche unreife Samen werden nicht geerntet. Bis zur Mitte des heißen Sommers kann die vertrocknete Pflanze schon fast alle Samen verstreut haben.



Salvia columbariae mit runzeligen behaarten Rosettenblättern, getrennten Quirlen blauvioletter Blüten und trockenen samenhaltigen Kelchen

U.S. National Park Service / Joshua Tree National Park · Public domain · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Samen, roh. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Verzehr ohne Zubereitung am Feuer. Die Samen sind winzig und haben einen milden nussartigen Geschmack. Sie lassen sich vorsichtig aus vollständig trockenen Kelchen lösen, von Fremdmaterial absieben und in kleiner Menge mit anderer Nahrung essen. Trockene stachelige Tragblätter, Erde und Insekten dürfen nicht in die Nahrung gelangen.

Kaltes Chiawasser. Dieselbe artspezifische Quelle beschreibt ein Getränk aus in kaltem Wasser eingeweichten Samen. Nach einer Weile bilden die Samen eine schleimige Hülle, und das Wasser wird dickflüssiger. Dafür werden sauberes Trinkwasser und saubere Gefäße benötigt. Große Löffel völlig trockener Samen sollte man nicht schlucken und anschließend nur mit wenig Wasser nachspülen: Das Aufquellen kann ein Verschlucken oder Ersticken begünstigen. Besser lässt man die Samen vor dem Verzehr vollständig aufquellen.

Geschichte des Verzehrs. Chia-Samen waren Bestandteil der Ernährung verschiedener indigener Völker des nordamerikanischen Südwestens. Sie wurden mit anderer pflanzlicher Nahrung gemischt, eingeweicht oder zermahlen. Für die Zubereitung ohne Feuer kommen ausschließlich kaltes Mahlen und Einweichen infrage; Rösten ist nicht nötig. Blätter werden mitunter als aromatische Zugabe verwendet, doch in diesem Artikel bleiben die reifen Samen das zuverlässig nachgewiesene rohe Grundnahrungsmittel.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die kultivierte Salvia hispanica liefert ebenfalls essbare Samen, unterscheidet sich jedoch in Blattgröße und Blütenständen. Sie ist in Kalifornien keine gewöhnliche heimische einjährige Wüstenpflanze. Andere heimische Salbeiarten mit violetten Blüten sind teilweise ausdauernde Sträucher und haben einen anderen Lebenszyklus. Manche Lippenblütler bilden kleine dunkle Nüsschen, doch aus ihrer Ähnlichkeit lässt sich nicht auf dieselben Nahrungseigenschaften schließen. Zur Bestimmung müssen ausgewachsene Blüten und Tragblätter vorliegen; gesammelt werden nur vollständig reife trockene Samen der sicher bestimmten Art. An Straßenrändern oder chemisch behandelten Standorten werden keine verunreinigten Ähren geerntet.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7302
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Salvia+columbariae
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Salvia_columbariae

Kleiner Wiesenknopf — zarte Blätter mit frischem Gurkengeschmack · Sanguisorba minor

Sanguisorba minor

Auf einer kühlen Wiese oder in einem alten kalifornischen Garten wächst manchmal ein unscheinbares niedriges Kraut mit zarten gefiederten Blättern. Jedes Blatt erinnert an eine Kette kleiner rundlicher Fiederblättchen mit gezähntem Rand. Im Sommer erheben sich über dem Grün kleine grüne und rötliche Blütenköpfchen. Das ist Sanguisorba minor, der Kleine Wiesenknopf, auch als Salad Burnet bekannt. Er stammt nicht aus Kalifornien, sondern ist ein eingeführtes europäisches Küchenkraut. Junge Blätter und Triebe können roh gegessen werden; bei vielen Pflanzen erinnern sie mit ihrem ungewöhnlich erfrischenden Geschmack an eine frische Gurke.



Sanguisorba minor mit zarten gefiederten Blättern aus vielen rundlichen gezähnten Blättchen und kleinen rotgrünen Blütenköpfchen

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das ausdauernde Kraut bildet eine grundständige Rosette gefiederter Blätter und mehrere ziemlich dünne Blütenstängel, oft dreißig bis sechzig Zentimeter hoch. Ein Blatt setzt sich aus zahlreichen Paaren kleiner ovaler oder rundlicher Blättchen zusammen. Jedes besitzt deutliche Randzähne und einen kurzen Stiel; die gemeinsame lange Blattachse ist leicht gerippt. Im milden Klima bleibt die Rosette über den Winter häufig grün. An den Blütenstängeln sitzen mehrere kleine rundliche bis längliche Blütenstände. Große auffällige Kronblätter fehlen. Rötliche Staubbeutel und Narben ragen aus grünlichen Blütenhüllen und ergeben ein lockeres rotgrünes Köpfchen. Nach der Bestäubung entstehen kleine trockene Nüsschen, die von einer gerippten Blütenhülle umgeben bleiben. Alte Blütenstängel werden trocken und hart, während junge Blätter an der Basis zart bleiben. Die Pflanze trägt keine großen Dornen und hat nicht die typischen rosa Kleeblüten.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora verwendet die verwandte akzeptierte europäische Benennung Poterium sanguisorba; für manche kalifornischen Fundmeldungen erscheint außerdem Sanguisorba minor subsp. muricata. Es handelt sich nicht um eine heimische Art. Am ehesten wächst sie bei alten Gärten, auf bewässerten Rasenflächen, an Rasenkanten und auf grasigen Hängen mit kalkhaltigen oder mäßig trockenen Böden. Anders als die häufigsten Unkräuter des Sacramento Valley sollte man sie nicht auf jeder unbehandelten Wiese erwarten. Es gibt einige Hundert dokumentierte Beobachtungen, viele in Verbindung mit früheren Pflanzungen. Auf geeignetem Boden kann die Rosette Winterkälte überstehen und im Frühjahr neue Blättchen bilden. Herbizidbehandelte Rasenflächen, Straßenränder und Flächen mit tierischen Abfällen eignen sich nicht für die rohe Ernte.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die jungen gefiederten Blätter sind nach den Winterregen und im Frühjahr besonders weich. Im Sacramento Valley kann die grüne Rosette bei kühler Witterung den ganzen Winter erhalten bleiben, sofern der Boden nicht austrocknet. Im späten Frühjahr erscheinen längere Blütenstängel; im Sommer entwickeln sich kleine rotgrüne Köpfchen und anschließend trockene Früchte. Bis zur heißen Hochsommerzeit können ältere Blätter eine starke Bitterkeit entwickeln, wie Plants For A Future festhält. Nach der herbstlichen Abkühlung und erneuter Feuchtigkeit bildet die Rosette gelegentlich wieder einen zarten Austrieb. Für den Rohverzehr sind das junge Blattalter und ein sauberer Boden wichtiger als eine bereits vorhandene Blüte.



Sanguisorba minor mit zarten gefiederten Blättern aus vielen rundlichen gezähnten Blättchen und kleinen rotgrünen Blütenköpfchen

Didier Descouens · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Sanguisorba minor. Viele Menschen beschreiben den erfrischenden Geschmack als gurkenähnlich. Einzelne Pflanzen auf saurem oder ausgetrocknetem Boden können jedoch bitter schmecken. Die kleinen Blättchen lassen sich von der langen Blattachse lösen und kaltem Gemüse, frischem Grün oder Trinkwasser zugeben. Wegen der gefiederten Blattstruktur müssen sie sorgfältig gewaschen werden, da zwischen den Blättchen Staub hängen bleibt.

Zarte junge Triebe. Die artspezifische Quelle nennt auch ihren Rohverzehr. Geeignet sind weiche Spitzen, solange sie nicht grob geworden sind und noch keine trockenen Blütenköpfchen tragen. Größere Mengen können herb schmecken; besser mischt man sie mit milden Blättern.

Kaltes aromatisches Wasser. Eine kleine Menge frisches Grün kann kurz in sauberem kaltem Trinkwasser ziehen und einen schwachen Gurkenduft abgeben. Heiße Tees und medizinische Aufgüsse gehören nicht

zu dieser Beschreibung. Reife Früchte, trockene Samen, Wurzeln und verholzende Stängel gelten nicht als eigenständig belegte rohe Nahrung.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Einige heimische Sanguisorba-Arten besitzen ebenfalls gefiederte Blätter, sind jedoch größer und haben andere Blütenstände; Nahrungshinweise dürfen nicht automatisch auf sie übertragen werden. Die jungen Blätter der Gemeinen Schafgarbe Achillea millefolium sind fein in fadenartige Abschnitte geteilt und bestehen nicht aus einzelnen rundlichen gezähnten Fiederblättchen. Klee hat normalerweise drei Blättchen statt einer langen Reihe zahlreicher Paare. Die Blütenstände des Kleinen Wiesenknopfs sind grünrot ohne große Kronblätter, anders als die purpurroten Köpfchen mancher Kleearten. Wenn die Pflanze noch keinen Blütenstängel besitzt, sollte man zur Bestimmung einen älteren Nachbarbestand suchen, das Grün aber nicht anhand des Geschmacks prüfen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11953
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sanguisorba+minor
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Sanguisorba_minor

Gewöhnliches Leimkraut — zarte Frühlingsblätter und aufgeblasene Blütenkelche · Silene vulgaris

Silene vulgaris

Entlang alter Weidewege und auf sonnigen Hängen erscheint gelegentlich ein niedriges Kraut mit zarten blaugrauen Blättern. Später öffnen sich weiße Blüten, unter denen jeweils ein kleiner grüner Luftballon zu hängen scheint. Dieser aufgeblasene Blütenkelch ist ein besonders hilfreiches Merkmal des Gewöhnlichen Leimkrauts. Seine jungen Blätter werden im Frühjahr frisch gegessen, wegen enthaltener Saponine jedoch nur in kleinen Portionen.



Silene vulgaris mit blaugrünen gegenständigen Blättern, weißen tief geteilten Kronblättern und stark aufgeblasenem netzadrigem Blütenkelch

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das ausdauernde Kraut bildet mehrere aufrechte oder leicht aufsteigende Stängel von ungefähr zwanzig bis sechzig Zentimetern Höhe. Die Blätter stehen gegenständig, sind oval oder schmal lanzettlich, ganzrandig, blaugrün und oft etwas fleischig. Die unteren verjüngen sich zur Basis, die oberen sitzen fast ohne Stiel. An den Zweigenden erscheinen kleine lockere Blütengruppen. Jede Blüte besitzt fünf weiße Kronblätter, die jeweils in zwei schmale Lappen geteilt sind. Aus der Entfernung wirkt die Blüte dadurch wie ein Stern mit zehn Strahlen. Fünf miteinander verwachsene Kelchblätter bilden einen großen rundlichen Sack mit auffälligem Adernetz. Dieser Kelch bleibt auch bei der Entwicklung der Samenkapsel erhalten.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Silene vulgaris als nicht heimische Pflanze, die im Bundesstaat selten ist: Nur einige Dutzend Beobachtungen sind dokumentiert. Man findet sie auf Wiesen, in gestörten Grasgesellschaften und an mäßig trockenen Hängen, örtlich in nördlichen Countys und den Vorbergen. In Sacramento ist sie kein massenhaftes Frühlingskraut; eher sieht man kultiviertes oder zufällig eingeschlepptes Leimkraut. An Straßenrändern, herbizidbehandelten Flächen und neben alten Industrieanlagen darf nicht gesammelt werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Winterregen treibt die Pflanze zartes bodennahes Grün aus. Junge Blätter stehen meist im Frühjahr und Frühsommer zur Verfügung, bevor die Stängel stark in die Höhe wachsen. Die Blüte beginnt im Tiefland im späten Frühjahr, in kühlen Gebirgen später. Wenn sich die aufgeblasenen Kelche und reifenden Kapseln zeigen, sind die meisten Blätter bereits fester. Nach sommerlichen Regenfällen können erneut grüne Triebe erscheinen; für die rohe Nahrung ist der allerjüngste Austrieb am besten geeignet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und Triebspitzen. Plants For A Future beschreibt ausdrücklich den rohen oder gekochten Verzehr und hebt den angenehmen milden Geschmack ganz junger Blätter hervor. Man kann das frische Grün klein schneiden und mit anderen Blättern mischen. Das Leimkraut enthält jedoch Saponine, die in größeren Mengen zu Reizungen und Magen-Darm-Beschwerden führen können. Roh eignet es sich deshalb nur als kleine Ergänzung, nicht als große Salatschüssel. Ältere Blätter und grobe Stängel erfordern laut Lebensmittelbeschreibungen eher eine Zubereitung und werden ohne Feuer nicht verwendet. Samen, Wurzeln und die aufgeblasenen Kelche sind hier keine eigenständig beschriebenen Nahrungsmittel.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Silene latifolia trägt normalerweise breitere behaarte Blätter und größere Blüten; auch der Blütenkelch ist etwas anders gebaut. Bei einigen anderen Silene-Arten sind die Kelche ebenfalls aufgeblasen. Ein einzelner „Luftballon“ reicht daher zur Bestimmung nicht. Man vergleicht Blattform, die in zwei Lappen geteilten Kronblätter und das Adernetz des Kelchs. Im frühen Frühjahr vor der Blüte kann man die Pflanze mit anderen Kräutern mit gegenständigen Blättern verwechseln. Fehlt eine sichere Artbestimmung, dürfen die Blätter nicht gekostet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7621
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Silene+vulgaris

Mariendistel — weiß marmorierte Blätter und scharfe Dornen · Silybum marianum

Silybum marianum

Im Frühjahr erscheinen auf kalifornischen Feldern große Rosetten glänzender Blätter, als seien sie mit weißen, milchigen Linien bemalt. Ihre Ränder tragen zahlreiche kräftige Dornen. Später bilden sich darüber große purpurfarbene Blütenköpfe, die von scharfen, stacheligen Hüllblättern umgeben sind. Dies ist Silybum marianum, die Mariendistel, eine bekannte eingeführte Distelart. Junge Blätter werden als rohe Nahrung beschrieben, aber nur nach sorgfältiger Entfernung sämtlicher Stacheln. Botanisch ist die Art interessant; als praktische Nahrungsquelle ist sie jedoch weit unbequemer als weiche, dornenlose Pflanzen.



Silybum marianum mit großflächig weiß marmorierten grünen Rosettenblättern, gelben Blattdornen und purpurfarbenen Distelblüten

Bidgee · CC BY-SA 3.0 au · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Mariendistel lebt gewöhnlich ein oder zwei Jahre. Während der ersten feuchten Wachstumsphase bildet sich eine große grundständige Blattrosette. Die breiten leuchtend grünen Blätter tragen unregelmäßige weiße Flecken entlang der Adern, die wie eine Marmorzeichnung wirken. Die Blattränder sind tief eingebuchtet und mit langen, spitzen, gelblichen Dornen bewehrt. Bei ausgewachsenen Pflanzen wächst aus der Mitte ein kräftiger gerippter Stängel. An seinen Enden entstehen rundliche purpurfarbene Blütenkörbe mit langen Dornen rund um die Knospe. Nach der Blüte entwickeln sich glatte dunkle Achänen mit einem Haarkranz. In feuchtem, nährstoffreichem Boden kann die Pflanze größer als ein Mensch werden. Der wichtigste Unterschied zu vielen heimischen Disteln ist die auffällige weiße Marmorzeichnung der Blätter, die schon lange vor der Blüte erkennbar ist.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

UC IPM nennt die Mariendistel für die Nordküste, das Central Valley, die Region der San Francisco Bay, einige südliche Küstengebiete und die Inseln. Sie wächst auf Weiden, an Feldrändern, in Gärten, an Straßen und auf gestörten Hängen. Nach einem feuchten Winter kann sie dichte, stachelige Bestände bilden. Im Raum Sacramento ist sie auf offenen Flächen und in der Nähe ehemaliger landwirtschaftlicher Grundstücke zu finden. Es handelt sich um eine eingeführte Konkurrenzpflanze der heimischen Flora, nicht um eine seltene Waldart. Auf trockenen Flächen bleiben ihre Dornen auch nach dem Absterben scharf; ohne Schutz durch alte Bestände zu gehen ist unangenehm und gefährlich.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den ersten Regenfällen keimen die Samen, und im Winter werden junge Rosettenblätter sichtbar. In den warmen Niederungen sind sie besonders von Januar bis März charakteristisch. Im Frühjahr schießt die Pflanze in die Höhe und bildet je nach Temperatur etwa von März bis Juni Blütenstängel. Sobald die großen stacheligen Blütenstände erscheinen, sind die unteren Blätter bereits viel gröber. Bis zum Sommer reifen die dunklen Achänen, und die ganze Pflanze vertrocknet. Für den Rohverzehr der Blätter kommt vor allem die kurze frühe Wachstumsphase infrage, nicht die riesige Sommerdistel.



Silybum marianum mit großflächig weiß marmorierten grünen Rosettenblättern, gelben Blattdornen und purpurfarbenen Distelblüten

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter nach Entfernung aller Dornen. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass junge Blätter von Silybum marianum roh gegessen werden können. Der gesamte Blattrand und jeder stachelige Vorsprung müssen vollständig entfernt werden: Auch ein einzelner zurückbleibender Dorn kann den Mund verletzen. Das weiche innere Gewebe eines jungen Blattes ist mitunter zart genug; nach heißer Witterung wird der Geschmack deutlich bitterer. Deshalb handelt es sich eher um eine gelegentliche kleine Ergänzung als um eine bequeme Pflanze für große Portionen.

Wurzel. Die artspezifische Quelle nennt auch ihren möglichen Rohverzehr. Für den praktischen Atlas wird dies jedoch nicht empfohlen: Eine rohe Wurzel ist schwer vollständig von Erde zu reinigen. Zudem weist UC IPM darauf hin, dass Mariendistelblätter nach Dürre, Mahd oder chemischem Stress Nitrate anreichern können. Die Behandlungsgeschichte eines konkreten Standorts lässt sich äußerlich nicht feststellen.

Blütenknospen werden in Lebensmittelverzeichnissen überwiegend nach dem Garen beschrieben. Sie werden hier nicht roh empfohlen. Auch Samen und daraus hergestellte Produkte sind nicht Teil dieses Abschnitts über Ernährung ohne Feuer.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Andere Disteln der Gattung Cirsium besitzen ebenfalls stachelige Blätter und purpurfarbene Blütenkörbe, haben aber meist nicht diese markanten weißen Marmorzeichnungen. Bei manchen jungen Mariendistelblättern ist das Muster schwächer, weshalb man sich nicht auf ein einziges Merkmal verlassen darf. Entscheidend ist die Kombination aus großer Rosette, Blattzeichnung, Dornen und Blütenkorb. Einen unbekannten stacheligen Blattrand darf man nicht zur Bestimmung kosten. Mariendisteln wachsen oft auf Weiden und landwirtschaftlichen Flächen: Selbst grundsätzlich essbare Blätter können wegen angereicherter Nitrate und Herbizide ungeeignet sein. Im Zweifel sollte man eine andere Art wählen.

QUELLEN

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/blessed-milkthistle/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=silybum+marianum

Ackersenf — große gelbe Blüten und junge scharfe Blätter · Sinapis arvensis

Sinapis arvensis

Auf einem kalifornischen Feld stehen im Frühjahr manchmal einzelne hohe Pflanzen mit leuchtend gelben Blüten aus jeweils vier Kronblättern. Die unteren Blätter sind breit und etwas rau. Nach der Blüte entwickeln sich längliche Schoten mit einer spitzen Schnabelspitze. Es handelt sich um Sinapis arvensis, den Ackersenf, auf Englisch charlock genannt. Er unterscheidet sich vom bereits beschriebenen Schwarzen Senf Brassica nigra und von der London-Rauke Sisymbrium irio. Für die Ernährung ohne Feuer sind besonders die zarten jungen Blätter mit ihrem kräftigen Senfgeschmack wichtig.



Sinapis arvensis mit breiten gelappten unteren Blättern, vierzähligen leuchtend gelben Blüten und langen geschnäbelten Schoten an abstehenden Stielen

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

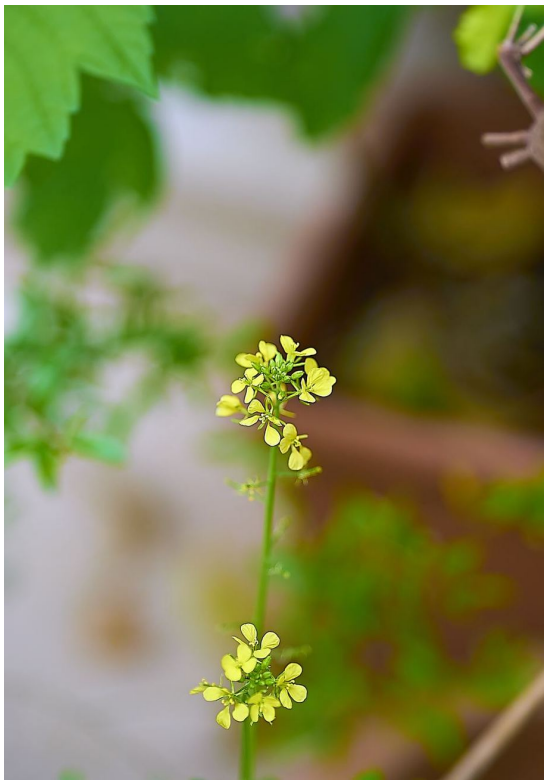
Das einjährige Kraut erreicht gewöhnlich dreißig Zentimeter bis über einen Meter Höhe, auf fruchtbarem Boden auch mehr. Der aufrechte verzweigte Stängel kann im unteren Teil grobe Borstenhaare tragen. Die Grund- und unteren Stängelblätter sind größer als die oberen, eiförmig, gezähnt und am Rand mit mehreren tiefen Lappen versehen; der Endlappen ist meist am breitesten. Die oberen Blätter sind kleiner und schmaler, häufig beinahe sitzend. Jede leuchtend gelbe Blüte besitzt vier kreuzförmig stehende rundliche Kronblätter und sechs Staubblätter. Nach der Blüte entstehen gerade oder leicht gebogene grüne Schoten, an deren Ende ein langer kegelförmiger Schnabel verbleibt. Die Schoten stehen auf abstehenden Fruchtstielen. Sie liegen nicht wie beim Weg-Rauken-Sisymbrium officinale dicht am Stängel an. Bei Reife werden sie braun und öffnen sich, sodass die Samen freiwerden. Zur Bestimmung betrachtet man am besten ein ganzes Exemplar mit unterem Blatt, Stängel, Blüte und Frucht: Eine einzelne gelbe Blüte reicht nicht aus, die zahlreichen kalifornischen Senfarten zu unterscheiden.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora dokumentiert Sinapis arvensis als eingeführte Art auf gestörten Flächen Kaliforniens mit mehreren Hundert Beobachtungen. Sie wächst an Feldrändern, in Gärten, an ländlichen Straßen und auf Brachland, besonders auf sonnigen Böden mit ausreichender Winterfeuchtigkeit. Schwarzer Senf Brassica nigra bildet wesentlich häufiger riesige gelbe Bestände; deshalb darf nicht jedes großflächig gelb blühende Feld als Sinapis arvensis bezeichnet werden. Im Sacramento Valley kommt Ackersenf stellenweise vor, aber nicht zwangsläufig jedes Jahr am gleichen Ort. Landwirtschaftliche Flächen können mit Herbiziden und Pestiziden behandelt sein. Ohne Kenntnis solcher Behandlungen eignet sich ihr Grün nicht zum Rohverzehr.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbst- oder Winterregen entwickeln sich Rosetten mit zarten unteren Blättern. In den kalifornischen Niederungen findet man sie vor allem im Winter und frühen Frühjahr. Mit zunehmender Wärme verlängert sich der Stängel rasch. Im späten Frühjahr und Frühsommer öffnen sich gelbe Blüten. Danach wachsen lange grüne Schoten, die später austrocknen und Samen freigeben. An der kühlen Küste verschieben sich die Zeiten etwas, im heißen Central Valley verläuft die Entwicklung oft schneller. Bei einer ausgewachsenen vertrockneten Pflanze sind die Blätter hart und bitter und für rohe Mahlzeiten nicht mehr bequem geeignet.



Sinapis arvensis mit breiten gelappten unteren Blättern, vierzähligen leuchtend gelben Blüten und langen geschnäbelten Schoten an abstehenden Stielen

George E. Koronaios · CC BY-SA 2.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Sinapis arvensis und hebt den kräftigen Geschmack hervor. Kleine junge Blättchen können fein geschnitten und sparsam zu anderem kalten Grün gegeben werden. Sie verleihen eine Senf- oder Rettichschärfe. Ältere Blätter werden in der Quelle eher nach dem Garen empfohlen; das ist keine Zubereitungsweise für unseren Atlas ohne Feuer.

Gekeimte Samen. Dieselbe Quelle nennt auch rohe Keimlinge als essbar. Zum sicheren Keimen braucht man jedoch sicher bestimmte Samen und hygienische Bedingungen: Bei warmem, feuchtem Keimen können sich Bakterien vermehren. Unter Feldbedingungen ist es vernünftiger, junge Blätter als wichtigste rohe Pflanzenteile anzusehen und nicht das massenhafte Keimen zufällig gesammelter Samen zu empfehlen.

Trockene Samen verleihen nach dem Mahlen einen scharfen Senfgeschmack, doch ihre konzentrierten Inhaltsstoffe verlangen Zurückhaltung. Blütenstängel werden in der artspezifischen Quelle hauptsächlich nach dem Kochen beschrieben und hier nicht roh empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Brassica nigra besitzt kleinere Blüten und dünnere, schmalere Schoten, die gewöhnlich dicht am Stängel anliegen. Bei Sinapis arvensis sind die Blüten relativ groß und die Schoten besitzen einen ausgeprägten Schnabel an abstehenden Fruchtstielen. Die Blütenblätter von Raphanus raphanistrum können weißlich oder dunkel geadert sein; seine Früchte sind zwischen den Samen eingeschnürt. Calflora warnt zudem vor dem Verzehr dieser Art, weshalb eine Verwechslung besonders unerwünscht ist. Sisymbrium irio besitzt kleine blassgelbe Blüten und lange dünne Schoten. Liegt erst eine Blattrosette vor, sollte man Blüten und Früchte derselben Art abwarten, bevor man für den Verzehr sammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7625
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Sinapis+arvensis
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7063

Hohe Rauke — scharfe junge Blätter vor dem Tumbleweed-Stadium · Sisymbrium altissimum

Sisymbrium altissimum

Auf trockenen kalifornischen Brachflächen erscheint im Frühjahr ein hohes Kraut aus der Familie der Kreuzblütler. Nahe dem Boden sind seine Blätter noch relativ breit, weiter oben jedoch stark zerschlitzt und schmal. Bis zum Sommer tragen lange verzweigte Stängel zahlreiche gelbe Blüten und dünne Früchte. Sobald die Pflanze vertrocknet, kann sie an der Basis abbrechen und vom Wind fortgerollt werden, wobei Samen verbreitet werden. Junge Blätter und Triebspitzen dieser Rauke werden roh als würziges Grün gegessen.



Sisymbrium altissimum mit breit gelappten Grundblättern, fadenartig zerteilten oberen Blättern und langen abstehenden Schoten

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das einjährige Kraut wird ungefähr 30 bis 120 Zentimeter hoch, manchmal noch größer. Die unteren Blätter sind deutlich fiederspaltig, mit einem großen Endabschnitt und kleineren seitlichen Teilen. Die oberen Blätter zerfallen in lange schmale Segmente, die beinahe fadenförmig wirken. Der Stängel wächst aufrecht und verzweigt sich in der zweiten Saisonhälfte stark. Die Blüten sind typische Kreuzblütlerblüten: vier blassgelbe Kronblätter stehen kreuzweise. Anschließend entwickeln sich sehr lange schmale Schoten, die in verschiedene Richtungen abstehen, statt als kurze Früchte eng am Stängel zu liegen. Die vertrockneten verzweigten Triebe werden brüchig.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Sisymbrium altissimum wurde aus Eurasien nach Nordamerika eingeschleppt und hat sich in Kalifornien etabliert. Calflora dokumentiert Tausende Beobachtungen aus zahlreichen Countys, darunter trockene gestörte Flächen und Brachhänge. Man findet die Art entlang von Straßen, an landwirtschaftlichen Feldern, auf trockenen Seitenstreifen und zwischen Steinen. Im Sacramento Valley ist sie durchaus möglich. Für Mahlzeiten dürfen allerdings weder Pflanzen direkt an Straßen noch von chemisch behandelten Feldern oder müllbelasteten Standorten genommen werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Samen keimen während kühler Regenperioden; schon im Winter kann sich eine junge Rosette entwickeln. Für den Rohverzehr eignen sich kurze weiche Blätter und Triebspitzen vor dem kräftigen Längenwachstum, in den Niederungen meist vom Spätwinter bis ins Frühjahr. Die Blüte hält im Frühjahr und Sommer an; nach trockener Witterung wird die Pflanze rasch grob. In Gebirgen kann sich die Wachstumszeit auf spätere Monate verschieben.



Sisymbrium altissimum mit breit gelappten Grundblättern, fadenartig zerteilten oberen Blättern und langen abstehenden Schoten

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und zarte Triebspitzen. Plants For A Future führt für Sisymbrium altissimum ausdrücklich ihre rohe und gekochte Verwendung auf. Für diesen Atlas ist nur die rohe Form relevant. Der Geschmack erinnert an scharfen Senf, mitunter mit ausgeprägter Bitterkeit. Eine kleine Menge junger Blätter lässt sich fein geschnitten einem kalten Salat hinzufügen. Die Samen sind nach dem Mahlen als Gewürz bekannt. Ohne einen eigenständigen Nachweis einer sicheren rohen Verwendung werden sie hier aber nicht in die Nahrungsliste aufgenommen. Auch harte Stängel mit festen Schoten gehören nicht in einen Rohkostsalat.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Sisymbrium irio, die London-Rauke, ist gewöhnlich niedriger, besitzt kürzere dichte Blütentrauben und unterscheidet sich in Blattform und Früchten. Sisymbrium officinale trägt Schoten, die dicht an den Stängel angedrückt sind. Bei der Hohen Rauke ragen lange schmale Früchte in verschiedene Richtungen. Hirschfeldia incana entwickelt kürzere, dickere Schoten. Vier gelbe Kronblätter kommen bei Dutzenden Kreuzblütlerarten vor. Die genaue Bestimmung erfordert deshalb die reifen Schoten und die unteren Blätter. Eine unbestimmte Rosette darf nicht gekostet werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7626
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sisymbrium+altissimum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Sisymbrium_altissimum

London-Rauke — lange Schoten und würziges Wintergrün · Sisymbrium irio

Sisymbrium irio

Nach den Winterregen wächst auf Feldern Süd- und Zentralkaliforniens ein eher niedriges Kraut mit tief eingeschnittenen Blättern. Gegen Ende des Winters steigen dünne verzweigte Stängel mit kleinen blassgelben Blüten und zahlreichen langen schmalen Schoten auf. Das ist Sisymbrium irio, die London-Rauke, auf Englisch London rocket genannt. Es handelt sich um einen weitverbreiteten eingeführten Einjährigen. Ihre jungen Blätter wurden als Grün verzehrt, und in artspezifischen Verzeichnissen werden auch Blüten und Samen als ohne Erhitzen essbar genannt. Der scharfe Geschmack macht die Pflanze jedoch nicht zu einem universellen Salatgemüse.



Sisymbrium irio mit tief zerteilten Grundblättern, kleinen blassgelben Blüten und zahlreichen langen dünnen abstehenden Schoten

Eitan f (צילם ותיא) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Im Herbst bildet sie zunächst eine kleine Rosette und treibt anschließend rasch mehrere verzweigte Stängel. Die unteren Blätter sind länglich und tief in schmale Abschnitte geteilt, sodass sie fast zusammengesetzt wirken; ihre Oberfläche ist gewöhnlich nahezu glatt. Die oberen Blätter sind viel kleiner, mit zwei seitlichen Vorsprüngen am Grund, umfassen den Stängel jedoch nicht vollständig. Die Blüten sind winzig, nur wenige Millimeter breit, und haben vier schmale blassgelbe Kronblätter. Sie stehen an den Zweigenden. Nach der Bestäubung entstehen aus den Blütentrauben schmale, gerade oder leicht gebogene Schoten von mehreren Zentimetern Länge. Am ausgewachsenen Strauch stehen diese nach allen Seiten wie feine Nadeln ab, obwohl sie keine echten Dornen sind. Die enthaltenen Samen sind sehr klein. Gerade die Kombination aus kleinen Blüten, langen Schoten und tief geteilten unteren Blättern ist bei der Bestimmung wichtig.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

UC IPM beschreibt Sisymbrium irio hauptsächlich aus den südlichen zwei Dritteln Kaliforniens und nennt ihr Vorkommen ausdrücklich bis in den oberen Teil des Central Valley. Die Pflanze wächst in Gärten, auf Feldern, in Weinbergen, an Straßen und auf verlassenen Flächen. Auf offenem sonnigem Boden kann sie nach einem regenreichen Winter große Flächen bedecken. Sie kommt auch im Raum Sacramento vor. Nicht jeder Kreuzblütler unter den dortigen Unkräutern ist aber eine London-Rauke. Auf hohen kühlen Berghängen und in den Wäldern des Nordens ist die Art deutlich seltener. Große Bestände hängen stärker von Winterregen und Bodenstörungen als von natürlichen Flüssen ab.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der herbstlichen Durchfeuchtung erscheinen Keimlinge und kleine Blattrosetten. Zarte Blätter sind am einfachsten im Winter zu finden, bevor sich die Stängel verlängern. Nach Angaben von UC IPM blüht die Art gewöhnlich zwischen Januar und Mai. Im Sacramento Valley fallen ihre zahlreichen langen Schoten vor allem im Frühjahr auf. Danach vergilbt die Pflanze und trocknet aus; die dünnen trockenen Früchte bleiben noch eine Weile erhalten. Alte Sommerstängel liefern kein zartes Grün mehr. Wird der Boden im Herbst wieder feucht, wächst eine neue Generation aus den Samen.



Sisymbrium irio mit tief zerteilten Grundblättern, kleinen blassgelben Blüten und zahlreichen langen dünnen abstehenden Schoten

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge, noch unreife Blätter. Plants For A Future zählt sie ausdrücklich zu den roh essbaren Teilen von Sisymbrium irio. Sie schmecken scharf und manchmal leicht bitter. Deshalb eignen sie sich eher als kleine Zugabe zu anderem Grün als als Hauptbestandteil einer großen Portion. Man verwendet ausschließlich junge Blätter einer eindeutig bestimmten Pflanze.

Blüten. Das artspezifische Nachschlagewerk nennt auch ihren Rohverzehr. Die Blüten sind winzig und bieten keinen nennenswerten Ertrag. Die Tatsache, dass sie essbar sein können, berechtigt nicht dazu, die Art mit irgendeiner gelb blühenden Senfpflanze zu verwechseln.

Samen. Die Quelle beschreibt sowohl den Rohverzehr der Samen als auch das Mahlen trockener Samen zu Pulver. Andere Verfahren, etwa die Herstellung von zubereitetem Pinole, erfordern eine Verarbeitung und sind nicht Teil dieses Abschnitts. Die winzigen Samen sollten nicht als praktische massenhafte Getreidealternative gelten. Da die Art zu den Kreuzblütlern gehört, werden sehr große, konzentrierte Portionen scharfen rohen Grüns und der Samen nicht empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die tief eingeschnittenen Blätter ähneln mitunter denen von Descurainia sophia; deren Blattspreite ist jedoch feiner und mehrfach geteilt. Der verwandte Sisymbrium altissimum wächst gewöhnlich höher und unterscheidet sich in Blättern und Früchten. In einem sehr jungen Stadium sind diese Arten häufig nur als Blattrosette vorhanden, was die genaue Bestimmung erschwert. Eine unbekannte Senfpflanze darf nicht zur Artbestimmung probiert werden. Entscheidend sind die kleinen Blüten, die langen schmalen Schoten und der Bau der oberen Blätter. Landwirtschaftliche Felder und Gärten können chemisch behandelt sein; an Straßen wird rohe Blattnahrung leicht verunreinigt.

QUELLEN

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/london-rocket/
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/sisymbrium-irio-profile/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sisymbrium_irio

Weg-Rauke — kleine gelbe Blüten und junge scharfe Triebe · Sisymbrium officinale

Sisymbrium officinale

Nach Winterregen erscheinen an den Rändern kalifornischer Felder unscheinbare Rosetten mit zerteilten Blättern. Im Frühjahr wachsen daraus verzweigte Stängel mit winzigen gelblichen Blüten und kurzen Schoten, die dicht am Stängel anliegen. Es handelt sich um Sisymbrium officinale, die Weg-Rauke, auf Englisch hedge mustard genannt. Ihre jungen weichen Triebe schmecken scharf nach Kohl und können roh gegessen werden. Alte Pflanzen sind dagegen zu bitter; auch das Wort „officinale“ im botanischen Namen bedeutet keineswegs, dass große Mengen unbedenklich wären.



Sisymbrium officinale mit gelappten Rosettenblättern, winzigen gelben Blüten und kurzen eng am Stängel anliegenden Schoten

Zidat (Saïd Zidat) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das einjährige Kraut wird gewöhnlich zwanzig bis achtzig Zentimeter hoch. Zu Beginn entsteht eine Rosette länglicher Blätter, die tief in rundliche seitliche Lappen und einen größeren Endlappen geteilt sind. Später bildet sich ein aufrechter verzweigter Stängel, an dem die Blätter nach oben hin immer kleiner werden. Der untere Teil ist häufig leicht behaart. Die winzigen Blüten besitzen vier blassgelbe Kronblätter und sitzen in lockeren Trauben an den Zweigspitzen. Nach der Bestäubung entwickeln sich kleine schmale Schoten, die charakteristisch eng an den Stängel gedrückt sind und nicht weit seitlich abstehen. An ausgewachsenen Trieben wirken sie wie kurze Stachelchen, sind aber Früchte und keine echten Dornen. Bei Reife werden sie braun; im Inneren liegen sehr kleine Samen. Die Stellung der angedrückten Früchte ist ein wichtiges Bestimmungsmerkmal, denn auf demselben Feld können mehrere ähnliche gelb blühende Kreuzblütler wachsen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Sisymbrium officinale als eingeführte einjährige Pflanze auf gestörten Böden in ganz Kalifornien. Für Sacramento County sind Dutzende Beobachtungen dokumentiert; auch aus Sonoma, Los Angeles, San Diego, Monterey und weiteren Countys gibt es zahlreiche Fundmeldungen. Die Weg-Rauke wächst an Feldrändern, bei Wegen, in alten Gärten und auf lockerem Boden entlang von Mauern. Auf manchen Flächen ist sie recht häufig, bildet aber nicht die auffälligen gelben Frühlingsmeere mancher großer Senfarten. Auf heißem offenem Boden im Central Valley trocknen alte Triebe schnell aus. Zum Rohverzehr kommt nur Grün von einem sauberen Standort ohne Herbizidbehandlung infrage.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Feuchtigkeit des Herbstes erscheinen junge Blattrosetten. Im Sacramento Valley steht zarter Austrieb meist im Winter und frühen Frühjahr zur Verfügung. Anschließend verlängert sich die Pflanze, bildet winzige gelbe Blüten und kurze Schoten. In gemäßigtem Klima fällt die Blüte oft auf Frühjahr und Frühsommer, in der warmen Ebene beginnt sie früher. Sobald die meisten Früchte braun werden, vergröbern die unteren Blätter und schmecken bitter. Auf bewässerten Flächen können später neue Keimlinge wachsen, die jedoch nicht mit alten hohen Stängeln gleichzusetzen sind. Die Zeit der rohen Blattnahrung ist gewöhnlich kürzer als die Zeit, in der vertrocknete Weg-Rauken auf Brachen zu sehen sind.



Sisymbrium officinale mit gelappten Rosettenblättern, winzigen gelben Blüten und kurzen eng am Stängel anliegenden Schoten

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Ganz junge Triebe. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr junger Triebe von Sisymbrium officinale. Sie besitzen einen scharfen und etwas bitteren Kohlgeschmack. Man zerkleinert deshalb nur eine kleine Menge und mischt sie mit milderem Grün. Ganze Büschel grober blühender Pflanzen sind nicht geeignet: Die junge Triebspitze und der verholzende ausgewachsene Stängel sind unterschiedliche Nahrungsstadien.

Samen. Die artspezifische Quelle lässt den Rohverzehr der Samen und gemahlenes Samenpulver als Senfgewürz zu. Ihre geringe Größe macht das Sammeln mühsam, ihr sehr scharfer Geschmack spricht für kleine Mengen. Für die praktische Feldnahrung sind die jungen Triebe daher sinnvoller; Samen sind höchstens eine ergänzende, nicht in großen Mengen verwendete Würze. Bevor Samen probiert werden, muss die Art am ausgewachsenen Exemplar eindeutig bestimmt sein.

Wurzeln, ausgewachsene Stängel und Blüten werden hier nicht als gesondert belegte rohe Lebensmittel aufgeführt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Bei der zuvor beschriebenen London-Rauke Sisymbrium irio sind die Schoten lang und stehen weit vom Stängel ab. Bei Sisymbrium officinale sind sie kürzer und liegen dicht an der Sprossachse. Descurainia sophia besitzt besonders fein zerteilte Blätter; einige Erysimum-Arten unterscheiden sich ebenfalls in Schoten und Blattbau. Ohne reife Früchte sind manche Arten kaum allein anhand ihrer Rosette zu unterscheiden. Unbestimmtes Kreuzblütlergrün sollte nicht gesammelt werden. An Straßen und behandelten Feldern können Schadstoffe auftreten. Bitterkeit ist kein Test für die Essbarkeit einer bestimmten Art.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7630
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7630
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Sisymbrium+officinale

Gewöhnliche Tomate — reife Früchte verwilderter Gartenpflanzen · Solanum lycopersicum

Solanum lycopersicum

An einem alten Komposthaufen, in einem verlassenen Garten oder neben einem Bewässerungsgraben wächst manchmal die vertraute verzweigte Pflanze mit aromatischen, zerteilten Blättern. Im Sommer erscheinen daran kleine gelbe sternförmige Blüten und anschließend grüne Früchte, die sich nach und nach rot oder gelb färben oder eine andere sortentypische Farbe annehmen. Das ist die gewöhnliche Tomate Solanum lycopersicum. Roh essbar sind ausschließlich vollständig reife Früchte einer geeigneten Speisesorte. Blätter, Stängel und unreife grüne Früchte gehören nicht zur Nahrung.



Solanum lycopersicum mit behaarten verzweigten Trieben, unpaarig gefiederten Blättern, gelben Sternblüten und reifenden Tomaten

Clintacc · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die kurzlebige krautige oder halbstrauchige Pflanze besitzt weiche behaarte verzweigte Stängel und wird mit einer Stütze häufig einen halben bis zwei Meter hoch. Die wechselständigen Blätter sind zusammengesetzt und unpaarig gefiedert. Sie bestehen aus mehreren großen unregelmäßig gezähnten oder gelappten Fiederblättchen und kleineren dazwischen sitzenden Abschnitten. Blätter und Stängel tragen Drüsenhaare und geben einen starken charakteristischen Geruch ab. Die gelben Blüten besitzen fünf miteinander verwachsene zurückgebogene Kronlappen und einen hervorstehenden Kegel gelber Staubbeutel; sie stehen in kleinen Trauben. Je nach Sorte sind die Beeren kirschklein oder sehr groß, rot, gelb, orange oder purpurn, teilweise längs gerippt. Im Inneren liegt saftiges Fruchtfleisch mit zahlreichen flachen Samen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora dokumentiert Solanum lycopersicum als nicht heimische Pflanze mit Hunderten Funden außerhalb des gewöhnlichen Anbaus. In Kalifornien säen sich Tomaten häufig aus weggeworfenen oder herabgefallenen Früchten selbst aus, besonders in der Nähe von Gärten, Kompost, bewässerten Flächen und ehemaligen Farmen. Im Sacramento Valley können sie bei warmem Wetter und ausreichendem Wasser gut fruchten. Es handelt sich jedoch nicht um einen wild heimischen mehrjährigen Nahrungsstrauch des Chaparrals. An Abwassergräben, Müllablagerungen und landwirtschaftlichen Feldern können Früchte verschmutzt sein; angebaute Pflanzen sind zudem Privateigentum.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Erwärmung des Bodens im Frühjahr keimen die Samen; die Triebe wachsen rasch. Gelbe Blüten erscheinen im späten Frühjahr und während des Sommers. Die Früchte benötigen mehrere Wochen, um zu wachsen und ihre Farbe zu ändern. In den Niederungen beginnt die Saison reifer Tomaten gewöhnlich im Juni und reicht bei warmer Witterung bis in den Herbst. Bei manchen modernen Sorten bleiben selbst vollständig reife Früchte grün. Bei einer unbekannten selbst ausgesäten Pflanze ist die genaue Sorte praktisch nicht zuverlässig zu bestimmen. Auf Reisen kostet man deshalb keine unbekannten grünen Früchte, sondern wählt nur eindeutig reife, aromatische Exemplare.



Solanum lycopersicum mit behaarten verzweigten Trieben, unpaarig gefiederten Blättern, gelben Sternblüten und reifenden Tomaten

Jayachandranjay · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. Bei gewöhnlichen rot- und gelbfrüchtigen Sorten ist eine essbare reife Tomate weicher, gleichmäßig gefärbt und besitzt den charakteristischen Geruch reifen Fruchtfleischs. Man kann sie roh mitsamt dünner Schale und kleinen Samen essen oder kalt zu einer Gemüsemischung schneiden. Eine saubere reife Frucht lässt sich ohne Erwärmen zerdrücken und als Saft verwenden; die Schale kann nach Belieben durch ein Sieb abgetrennt werden.

Blätter, Stängel, Wurzeln und grüne Pflanzenteile enthalten Glykoalkaloide. Calflora warnt ausdrücklich davor, grüne Blätter und Stängel zu essen. Unreife grüne Früchte werden ebenfalls nicht aufgenommen, weil sich ihre sichere rohe Verwendung ohne Kenntnis von Sorte und Reifestadium nicht zuverlässig beurteilen lässt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Kartoffel Solanum tuberosum besitzt teilweise ähnlich wirkende Blätter, entwickelt jedoch weiße, fliederfarbene oder violette Blüten und kleine grüne Beeren, die giftig sind. Solanum americanum und die heimische Solanum douglasii haben einfache Blätter und kleine weiße Blüten sowie ganz andersartige Früchte. Bei Physalis-Arten sitzt die Beere in einem vergrößerten papierartigen Kelch, der wie eine Laterne aussieht; eine Tomate besitzt eine solche Hülle nicht. Bei selbst ausgesäten Pflanzen betrachtet man deshalb die gelben Blüten, die charakteristischen zusammengesetzten Blätter und die ausgewachsene Frucht gemeinsam. Die Essbarkeit einer Tomate gilt nicht für andere Nachtschattengewächse.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=14889
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5243
- https://www.gardenersworld.com/how-to/grow-plants/how-to-grow-tomatoes/

Acker-Gänsedistel — junge Blätter einer ausdauernden Pflanze · Sonchus arvensis

Sonchus arvensis

Auf etwas feuchten Brachflächen und an alten Feldern fällt gelegentlich ein hohes Kraut mit breiten gezähnten Blättern und zahlreichen großen gelben Blütenkörben auf. Es erinnert an die gewöhnliche einjährige Gänsedistel, wächst aber aus unterirdischen Rhizomen erneut aus und bildet ganze Stängelgruppen. Das ist Sonchus arvensis, die ausdauernde Acker-Gänsedistel. Ihre jungen Blätter werden roh gegessen, solange sie weich und noch nicht allzu bitter sind.



Sonchus arvensis als hohe ausdauernde Gänsedistel mit gezähnten gelappten Blättern und mehreren großen gelben Blütenkörben

Chlystek · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das ausdauernde Kraut wird gewöhnlich 60 bis 150 Zentimeter hoch und kann dank kriechender Rhizome ausgedehnte Kolonien bilden. Der aufrechte Stängel verzweigt sich oben und gibt beim Abbrechen weißen Milchsaft ab. Die wechselständigen länglichen Blätter sind weich bis mäßig fest, mit großen seitlichen Lappen und Zähnen, deren Ränder häufig etwas stachelig sind. Die Basen der oberen Blätter umfassen den Stängel. Die auffälligen leuchtend gelben Blütenkörbe messen mehrere Zentimeter und stehen auf langen Stielen. An ihrem Grund sind zahlreiche grüne Hüllblätter zu sehen. Nach der Blüte entstehen Achänen mit einem weißen, vom Wind getragenen Pappus.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora ordnet Sonchus arvensis den nicht heimischen ausdauernden Kräutern zu und dokumentiert für Kalifornien vergleichsweise wenige Beobachtungen. Die Pflanze ist mit feuchten gestörten Standorten, Feldern, Gräben und Waldrändern verbunden, aber im Bundesstaat deutlich weniger verbreitet als Sonchus oleraceus. Sie kann örtlich in Gruppen wachsen, besonders auf Böden, die auch während warmer Witterung Feuchtigkeit speichern. Fehlt die Art an einem Standort, darf man nicht stattdessen ein ähnliches Kraut ohne sichere Bestimmung sammeln.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr wachsen aus den unterirdischen Wurzeln neue weiche Blätter und kurze Triebe; das ist die beste Phase für den Rohverzehr. Während des sommerlichen Wachstums verlängern sich die Stängel. Die Blätter werden härter und schmecken oft bitter. In westlichen Regionen liegt die Blüte häufig im Sommer und frühen Herbst. Nach Herbstregen kann etwas junges Grün nachwachsen, während anhaltende Kälte oder Dürre das Wachstum stoppt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future nennt für Sonchus arvensis ausdrücklich ihren rohen oder gekochten Verzehr. Für unseren Atlas ist allein die rohe Verwendung relevant: Man sammelt zarte Blätter junger Rosetten vor der Blüte und entfernt allzu feste stachelige Blattränder. Der Geschmack ist krautig und leicht bitter. Die Blätter können fein geschnitten anderem kalten Grün beigemischt werden. Alte Rhizome und hohe ausgewachsene Stängel werden hier nicht als Rohkost behandelt, denn die artspezifische Quelle nennt ihre Verwendung nach dem Kochen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Von Sonchus oleraceus unterscheidet sich die ausdauernde Gänsedistel durch ihren Lebenszyklus und kriechende Rhizome: Die einjährige Art bildet normalerweise keine beständigen Stängelgruppen aus einem gemeinsamen unterirdischen Ausgangspunkt. Sonchus asper besitzt glänzendere und stacheligere Blätter; bei Sonchus tenerrimus sind die zerteilten Blattabschnitte schmaler. Gelbe Blütenkörbe und weißer Milchsaft kommen bei zahlreichen Korbblütlern vor und beweisen allein keineswegs Essbarkeit. Für eine zuverlässige Bestimmung betrachtet man Blätter, Blütenköpfe, Rhizomwuchs und Standort zusammen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7680
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+arvensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Sonchus_arvensis

Raue Gänsedistel — glänzende stachelige Blätter und weiche Triebspitzen · Sonchus asper

Sonchus asper

Unter den Gartenunkräutern Kaliforniens wächst eine Gänsedistel mit glänzenden, gezähnten Blättern. Ihre Ränder tragen kleine, aber unangenehm scharfe Stacheln. Später entwickelt die Pflanze gelbe Blütenkörbe, die kleinen Löwenzahnblüten ähneln. Es handelt sich um Sonchus asper, die Raue Gänsedistel, eine nahe Verwandte der bereits beschriebenen Gemüse-Gänsedistel. Als rohe Nahrung sind sehr zarte junge Blätter und einige geschälte Triebspitzen bekannt. Erwachsene stachelige Blätter sind dagegen für einen gewöhnlichen Rohkostsalat ungeeignet.



Sonchus asper mit glänzenden gezähnten stacheligen Blättern, rundlichen Blattöhrchen, gelben Blütenkörben und weißen Fruchthaarschöpfen

HoosierMan1816 · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Meist ist die Pflanze einjährig und bildet zunächst eine grundständige Blattrosette, später einen aufrechten hohlen Stängel. Wird er abgebrochen, tritt weißer Milchsaft aus. Die unteren Blätter sind groß, häufig tief eingeschnitten, glänzend und am Rand mit kleinen festen Zähnen versehen. Obere Blätter sitzen ohne langen Stiel am Stängel und umfassen ihn mit rundlichen Öhrchen. Besonders charakteristisch sind die glänzenden festen Blattspreiten und die abgerundeten Öhrchen am Grund der Stängelblätter. Auf warmen fruchtbaren Böden kann die Pflanze über einen Meter hoch werden. An den Triebspitzen öffnen sich gelbe Blütenkörbe aus schmalen Zungenblüten. Nach der Blüte entwickeln sich Achänen mit hellem flugfähigem Pappus. Die reifen Fruchtstände sehen wie kleine flaumige Kugeln aus. Junge Blätter können viel weicher als ausgewachsene sein. Deshalb sollte man die Bestimmung nach benachbarten blühenden Exemplaren derselben Art absichern, aber nicht verschiedene Pflanzen ungeprüft in einer Handvoll mischen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

UC IPM zählt Gänsedisteln zu den häufigsten Unkräutern auf kalifornischen Frühlingsfarmen und in Gärten. Sonchus asper ist ein invasiver Vertreter dieser Gruppe. Er wächst in Gemüsegärten, an Feldrändern, in Obstgärten, auf gestörten Straßenrändern und zwischen bewässerten Pflanzungen. Im milden Klima können Keimlinge auch zu ungewöhnlichen Zeiten erscheinen; besonders viele wachsen jedoch nach Regenfällen. Im Central Valley ist die Art rund um landwirtschaftliche Flächen anzutreffen, wo vor dem Sammeln unbedingt geklärt werden muss, ob Herbizide verwendet wurden. Vertrocknetes grobes Grün hoher Sommerpflanzen ist nicht mit zartem feuchtem Austrieb gleichzusetzen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

In den Niederungen keimen Samen häufig vom späten Herbst bis ins frühe Frühjahr. Zwischen Dezember und März erscheinen Rosetten mit den zartesten Blättern. An warmen Orten können Blütenstängel bereits früh im Frühjahr entstehen. Die stärkste Blüte und das Reifen der weißen Fruchtflughärchen fallen häufig auf das Frühjahr und den Frühsommer. Bei Bewässerung sind spätere Pflanzen möglich. Für die rohe Ernährung entscheidet nicht nur der Monat, sondern vor allem das Alter eines bestimmten Blattes: Die Blattstacheln werden bei Reife zunehmend unangenehm.



Sonchus asper mit glänzenden gezähnten stacheligen Blättern, rundlichen Blattöhrchen, gelben Blütenkörben und weißen Fruchthaarschöpfen

Bjoertvedt · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Sehr junge Blätter. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr zarter Blätter von Sonchus asper. Solange die Blätter weich und die Randstachelchen noch nicht entwickelt sind, ist ihr Geschmack weniger grob. Ausgewachsene stachelige Blätter sind damit nicht gleichzusetzen. Kratzt ein Blatt bereits an den Fingern, sollte es nicht in einen rohen Salat gelangen.

Junge zarte Triebspitzen. Die artspezifische Quelle beschreibt auch ihren Rohverzehr, nachdem die groben Teile entfernt wurden. Bei älteren Stängeln schmeckt der Milchsaft bitter. Das ist ein weiterer Grund, grobe blühende Stängel nicht als frische Nahrung zu empfehlen. Solche Triebspitzen kommen nur bei eindeutiger Artbestimmung und vollständiger Entfernung stacheliger Bereiche infrage.

Wurzeln, reife Samen und der gesamte ausgewachsene Stängel gehören nicht hierher. Waschen und Reinigen ist notwendig. Herbizidbehandelte Pflanzen werden aber durch einfaches Abwaschen nicht sicher.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Gemüse-Gänsedistel Sonchus oleraceus besitzt gewöhnlich mattere, weichere Blätter; ihre Öhrchen am Grund von Stängelblättern sind auffälliger zugespitzt. Bei Sonchus asper sind die Blätter glänzender, fester und stacheliger und die Öhrchen abgerundet. Auch andere gelb blühende Korbblütler enthalten Milchsaft. Zur Bestimmung müssen Blattform, Blattgrund, hohler Stängel und Blütenkörbe zusammen betrachtet werden. Weder bitterer Milchsaft noch eine einzelne gelbe Blüte beweisen die Art. Die rohe Ernte an landwirtschaftlichen Rändern und auf städtischen Rasenflächen ist wegen möglicher chemischer Behandlung besonders riskant.

QUELLEN

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/sowthistles/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+asper

Gemüse-Gänsedistel — weiche Blätter und weißer Milchsaft · Sonchus oleraceus

Sonchus oleraceus

Nach Winterregen wächst in kalifornischen Gärten, Weinbergen und entlang von Feldwegen ein grünes Kraut mit langen weichen Blättern. Später erhebt sich ein verzweigter Stängel mit gelben Blütenkörben, die an kleine Löwenzahnblüten erinnern. Das ist die Gemüse-Gänsedistel Sonchus oleraceus. Im Frühjahr isst man ihre jungen Blätter roh, solange sie noch nicht grob geworden sind.



Sonchus oleraceus mit weichen gelappten grünen Blättern, verzweigtem hohlem Stängel, gelben Blütenkörben und weißem Samenflaum

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Gänsedistel ist ein einjähriges oder gelegentlich kurzlebig zweijähriges Kraut. Ein junges Exemplar entwickelt zunächst eine grundständige Blattrosette, bildet dann aber einen recht hohen verzweigten Stängel, oft von einem halben bis anderthalb Metern Höhe. Der Stängel ist hohl; beim Abbrechen tritt weißlicher Milchsaft aus.

Die Blätter sind groß und länglich, mit unregelmäßigen Lappen und Zähnen. Untere Blätter besitzen deutlichere Stiele, während die oberen den Stängel an der Basis umfassen. Die Blattspreite ist verhältnismäßig weich und fühlt sich nicht so stachelig an wie bei der verwandten Rauen Gänsedistel. Am Rand können kleine weiche spitze Vorsprünge vorhanden sein, besonders bei älteren Blättern.

Die gelben Blütenstände bestehen aus zahlreichen Zungenblüten und stehen in Gruppen an den Zweigenden. Vor dem Öffnen sind sie von grünen Hüllblättern umgeben. Nach der Blüte entstehen kleine trockene Achänen mit weißen flaumigen Haarkränzen. Der Wind trägt sie weit von der Mutterpflanze fort.



Sonchus oleraceus mit weichen gelappten grünen Blättern, verzweigtem hohlem Stängel, gelben Blütenkörben und weißem Samenflaum

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Sonchus oleraceus hat sich als eingeschleppte Pflanze weit in Kalifornien verbreitet. Besonders häufig wächst sie auf bearbeitetem Boden: in Gemüsegärten, auf landwirtschaftlichen Feldern, in Obstgärten, Weinbergen, entlang von Bewässerungskanälen und bei Gebäuden.

UC IPM zählt Gänsedisteln zu den häufigsten Frühlingsunkräutern. Sie kommen beinahe überall im Bundesstaat vor. Wo der Boden locker ist und nach Regen Feuchtigkeit speichert, wachsen sie manchmal in dichten Gruppen. In heißen trockenen Gegenden ohne Bewässerung verschwindet der Großteil des Frühlingsgrüns jedoch bis zum Sommer.

Im Sacramento Valley sind junge Gänsedistelrosetten nach einem regenreichen Winter besonders auf offenen Flächen auffällig. Später lassen sich die Pflanzen an ihren hohen Blütenstängeln sogar zwischen dichtem Gras erkennen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Gänsedistel keimt häufig vom Spätherbst bis ins frühe Frühjahr. In niedrigen Lagen Kaliforniens findet man weiche Blätter in den Winter- und Frühlingsmonaten, ungefähr zwischen Dezember und April. Der genaue Zeitraum hängt von Regen, Bewässerung und davon ab, wie schnell die Pflanzen zur Blüte übergehen.

Die Blüten erscheinen hauptsächlich im Frühjahr und frühen Sommer. Bei mildem Wetter blühen einzelne Pflanzen auch in anderen Monaten. Nach der Entwicklung der flaumigen Samen beendet die Gänsedistel ihren Lebenszyklus rasch, besonders wenn der Boden austrocknet. Junge Triebe einer neuen Generation erscheinen nach erneuter Durchfeuchtung der Erde.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Bei Sonchus oleraceus werden die zarten Blätter junger Rosetten roh gegessen. Plants For A Future nennt sie ausdrücklich als Salatgrün. Im Frühjahr schmecken sie meist milder und weniger bitter. Falls am Blattrand feste Spitzen entstehen, können sie ohne Erhitzen entfernt werden.

Weißer Milchsaft ist ein eigener, weniger verbreiteter Nahrungsteil. Ein ethnobotanisches Nachschlagewerk berichtet, dass Māori in Neuseeland den angetrockneten Milchsaft dieser Pflanze wie einen natürlichen Kaugummi kauten. Das bedeutet nicht, dass Milchsaft in großen Mengen eine vollwertige Nahrung wäre. Der historische Gebrauch bezieht sich ausdrücklich auf das Kauen.

Junge Wurzeln und ausgewachsene Stängel wurden in verschiedenen Ernährungstraditionen auf andere Weise verwendet. Die belegten Verfahren erfordern jedoch Zubereitung, sodass sie hier nicht als rohe Nahrungsmittel gelten. Auch gelbe Blüten dürfen nicht allein deshalb als Salatgrün bezeichnet werden, weil die Pflanze mit Löwenzahn verwandt ist.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

In Kalifornien wachsen mehrere Gänsedistelarten. Sonchus asper hat deutlich festere, dunklere Blätter mit schärferen stacheligen Rändern. Bei Sonchus oleraceus sind junge Blätter vergleichsweise weich; die oberen Stängelblätter umfassen den Stängelgrund mit kleinen abgerundeten Lappen.

Wegen der gelben Blütenkörbe und weißen Fruchthaare lässt sich die Gänsedistel leicht mit Löwenzahn verwechseln. Bei Taraxacum officinale sind die einzelnen Blütenstängel jedoch unverzweigt und blattlos. Eine Gänsedistel entwickelt dagegen einen hohen verzweigten Stängel mit vielen Blättern und mehreren Blütenkörben. Entscheidend für die Nahrung sind die junge Rosette und die sichere Bestimmung der Art, nicht eine einzelne gelbe Blüte.

Zur Bestimmung von Sonchus oleraceus gehören weiche Blätter, stängelumfassende obere Blätter mit kleinen Öhrchen und die späteren gelben Körbe. Sonchus asper ist oft stacheliger und glänzender. Milchsaft allein beweist keine Essbarkeit, denn er kommt auch bei anderen Korbblütlern vor. Plants For A Future bestätigt rohe zarte Blätter; Stängel und Wurzeln werden in dieser Quelle erst nach dem Garen verwendet und gehören nicht zum Speiseplan ohne Feuer.

QUELLEN

- UC IPM, Sowthistles, Verbreitung und Wachstumsstadien: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/sowthistles/
- Plants For A Future, Sonchus oleraceus, rohe junge Blätter und Kauen des Milchsafts: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+oleraceus
- Calflora, Sonchus oleraceus, Vorkommen in Kalifornien: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7756

Zarte Gänsedistel — fein geschlitzte Blätter mit leichter Bitterkeit · Sonchus tenerrimus

Sonchus tenerrimus

Auf trockenen Brachen und an alten Mauern wächst gelegentlich ein schlankes Kraut, das einem Löwenzahn ähnelt, jedoch einen verzweigten Stängel und sehr schmale, tief zerschlitzte Blätter trägt. An den Zweigenden öffnen sich gelbe Blütenkörbe. Es ist Sonchus tenerrimus, die Zarte Gänsedistel, eine von drei in Kalifornien häufig anzutreffenden Sonchus-Arten. Solange ihre Blätter jung sind, lassen sie sich roh als leicht scharfe Salatzugabe verwenden.



Sonchus tenerrimus mit sehr schmalen tief geteilten Blattlappen, verzweigtem Stängel und mehreren kleinen gelben Blütenkörben

J.claude · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das einjährige oder kurzlebig ausdauernde Kraut wird gewöhnlich 30 bis 100 Zentimeter hoch. Der Stängel ist verzweigt, anfangs weich und gibt bei Verletzung weißen Milchsaft ab. Die unteren Blätter sind lang und tief fiederspaltig. Anders als bei breitblättrigen Gänsedisteln bleiben ihre Abschnitte häufig sehr schmal, fast fadenförmig. Die oberen Blätter sind kürzer und umfassen den Stängel mit kleinen Öhrchen. Die gelben Blütenkörbe erinnern an kleine Löwenzähne, stehen jedoch zu mehreren an getrennten Blütenstielen. Nach der Blüte entstehen Achänen mit weißem Pappus, die der Wind leicht verbreitet.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Die Art stammt aus dem Mittelmeerraum und wurde nach Kalifornien eingeschleppt. Calflora und Kew bestätigen ihr Vorkommen im Bundesstaat, unter anderem auf trockenen offenen gestörten Flächen, entlang von Straßen, bei Mauern und auf Brachland. Im Vergleich zu Sonchus oleraceus und S. asper ist sie ungleichmäßig verbreitet und häufig an der warmen Küste und im Süden auffälliger. Wegen möglicher Herbizide und Schadstoffe darf nicht an Straßenrändern und auf Rasenflächen gesammelt werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

In milden Niederungen keimen die Samen nach Regenfällen im Herbst und Winter. Eine zarte Blattrosette erscheint im Winter und frühen Frühjahr. Nach der Verlängerung der Blütenstängel werden die Blätter fester und bitterer. Die Blüte kann vom Frühjahr bis in den Sommer andauern, manchmal nach Herbstregen erneut auftreten. Während sehr trockener Sommer beenden die Pflanzen ihren Lebenszyklus rasch. Für den Rohverzehr zählt vor allem das junge Alter des Blattes, nicht der Kalendermonat allein.



Sonchus tenerrimus mit sehr schmalen tief geteilten Blattlappen, verzweigtem Stängel und mehreren kleinen gelben Blütenkörben

Omar hoftun · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future nennt bei Sonchus tenerrimus ausdrücklich den Verzehr roher Blätter in Salaten. Man wählt die weichsten hellgrünen Blätter, bevor sich ein grober Blütenstängel entwickelt. Sie sind leicht bitter und erinnern an anderes wildes Grün aus der Familie der Korbblütler. Junge Blättchen können fein geschnitten mit milderem Salatgrün vermischt werden; große Mengen sind nicht erforderlich. Ausgewachsene etwas feste Blätter, Stängel, Wurzeln und Samen gehören nicht zur belegten rohen Nahrung dieses Artikels.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Sonchus oleraceus besitzt breitere und häufig gezähnte Blattabschnitte. Sonchus asper unterscheidet sich durch festere, stachelige Blätter. Gelbe Blütenkörbe finden sich auch bei Habichtskräutern und anderen Korbblütlern, von denen einige nicht essbar sind. Besonders gefährlich ist es, eine unbekannte Pflanze mit weißem Milchsaft für eine essbare Gänsedistel zu halten: Milchsaft beweist keine Essbarkeit. Zur Bestimmung betrachtet man die langen schmal geteilten Blätter, den Bau der Blütenkörbe und den Stängel. Junges Grün darf nur bei eindeutiger Bestimmung gesammelt werden.

QUELLEN

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+tenerrimus
- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:250373-1
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px34

Gartenspinat — zarte Blätter der kühlen Jahreszeit aus seltenem Gartenaussaat-Selbstwuchs · Spinacia oleracea

Spinacia oleracea

An einem verlassenen Beet bleiben während der kühlen Jahreszeit manchmal niedrige Rosetten glatter dunkelgrüner Blätter zurück. Ihre Form kann rundlich-oval, pfeilförmig oder leicht dreieckig sein; sie besitzen lange Blattstiele und saftige Blattspreiten. Wächst die Pflanze weiter, streckt sich die Rosette und bildet unscheinbare grünliche Blüten. Das ist der Gartenspinat, der außerhalb des Anbaus in Kalifornien nur selten dokumentiert wird. Seine jungen Blätter sind roh essbar, doch wegen der Oxalate sind große Portionen und eine rohe Ernährung, die fast ausschließlich aus Spinat besteht, nicht ratsam.



Spinacia oleracea als niedrige Rosette glatter dunkelgrüner gestielter Blätter, später mit kleinen unscheinbaren grünlichen Blüten

Merstel007 · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Spinat ist ein einjähriges Kraut mit einer grundständigen Blattrosette, die vor der Blüte gewöhnlich etwa 15 bis 30 Zentimeter hoch wird. Die Blätter sind einfach, wechselständig und gestielt, glatt und eiförmig bis lanzettlich; ihre Ränder sind ganz oder leicht gewellt. Am Blattgrund können zwei kleine Seitenlappen auftreten. Wenn sich der Blütenstängel streckt, wird die Pflanze ungefähr 50 bis 80 Zentimeter hoch und bildet winzige grünliche Blüten. Häufig entwickeln sich männliche und weibliche Blüten auf verschiedenen Pflanzen: Die männlichen stehen in Gruppen im oberen Bereich, die weiblichen sitzen in den Blattachseln. Nach der Bestäubung entstehen dichte Samenknäuel, die bei manchen Sorten feste Auswüchse tragen. Große auffällige Kronblätter oder fleischige Beeren bildet Spinat nicht.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Spinacia oleracea als nicht heimische Gartenkultur mit nur vereinzelten, etwa einem Dutzend Funden außerhalb des Anbaus. Meist sind das bewässerte Beete, frühere Gemüsegärten und Orte mit verstreuten Samen. In den zentralen Tälern wird Spinat überwiegend in der kühlen Jahreszeit angebaut, weil starke Sommerhitze das Schossen beschleunigt. Er ist kein verbreitetes Wildgemüse der Wälder oder des Chaparrals. Auf alten landwirtschaftlichen Flächen können Düngemittel, Herbizide und bakterielle Verunreinigungen vorkommen; ungeprüft wild aufgegangene Pflanzen von solchen Stellen eignen sich nicht für rohe Mahlzeiten.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach den Herbstregen und bei gemäßigt kühlen Temperaturen erscheinen in den Tälern junge Rosetten. Bei kühlem Frühlingswetter ist eine weitere Wachstumsphase möglich. An der Küste und in Berggärten bleiben weiche Blätter länger verfügbar als in der heißen Ebene von Sacramento. Mit längeren Tagen und steigenden Temperaturen bildet die Pflanze schnell einen Blütenstängel; die Blätter werden danach gröber und bitterer. Der beste rohe Austrieb ist das zarte Laub vor der Entwicklung des langen Blütenstängels.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich die rohe Verwendung von Spinacia oleracea. Kleine weiche Blätter können gründlich gewaschen und einem kalten Salat hinzugefügt werden. Sie schmecken mild und etwas grasig; größere ältere Blätter können eine herbe Note besitzen. Spinat enthält jedoch viele Oxalate. Große Mengen sind unerwünscht, insbesondere bei einer Neigung zu Calciumoxalat-Nierensteinen; in diesem Fall sollte roher Spinat besser gemieden werden. Samen werden in manchen Quellen ebenfalls als Nahrung erwähnt. Bei unterwegs gezogenen Keimlingen bestehen jedoch mikrobiologische Risiken, weshalb sie hier ohne zusätzliche Überprüfung nicht empfohlen werden. Wurzeln und Blütenstängel gehören nicht zur rohen Nahrung.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Beta vulgaris subsp. maritima besitzt festere glänzende Blätter und einen anders aufgebauten hohen verzweigten Blütenstand. Die Gartenmelde Atriplex hortensis wird meist höher und bildet große dreieckige Blätter sowie Früchte innerhalb von Vorblättern. Manche Chenopodium-Arten sehen jungen Spinatrosetten ähnlich, tragen jedoch einen mehligen Belag an jungen Pflanzenteilen und andere Blütenstände. Gartenspinat besitzt glatte Blätter, eine dichte Rosette und kleine grüne Blüten ohne auffällige Kronblätter. Ein unbekanntes Kraut darf nicht nur wegen einer spinatähnlichen Blattform probiert werden.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9243
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Spinacia+oleracea

Vogelmiere — zartes Grün der Winter- und Frühlingsmonate · Stellaria media

Stellaria media

Nach den ersten Herbst- und Winterregen bilden sich auf feuchtem kalifornischem Boden kleine Teppiche aus leuchtend grünem Kraut. Die Pflanzen haben dünne Stängel, kleine ovale Blätter und weiße sternförmige Blüten, die wie zehn schmale Kronblätter aussehen. Das ist die Gewöhnliche Vogelmiere, Stellaria media. Ihre zarten Blätter, Stängel und Blüten sind roh essbar.



Stellaria media mit kleinen ovalen gegenständigen Blättern, einer einzelnen Haarlinie am Stängel und weißen tief zweigeteilten Blüten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Vogelmiere ist ein einjähriges Kraut mit dünnen biegsamen Stängeln. Sie liegen häufig am Boden, verzweigen sich und richten ihre Spitzen auf. Ein Trieb wird etwa 15 bis 40 Zentimeter lang, obwohl der grüne Teppich wesentlich niedriger erscheint.

Die hellgrünen, kleinen und weichen Blätter stehen paarweise einander gegenüber. Sie sind oval, oben leicht zugespitzt und besitzen einen glatten, ungezähnten Rand. Untere Blätter haben meist Blattstiele; die oberen sitzen nahezu ohne Stiel am Stängel.

Ein sehr wichtiges Merkmal ist eine schmale Haarlinie entlang einer Seite des Stängels. Im nächsten Abschnitt zwischen zwei Knoten wechselt diese Haarlinie oft auf die andere Seite. Der übrige Stängel ist deutlich glatter. Aus der Nähe ist das besser zu sehen als aus einiger Entfernung.



Stellaria media mit kleinen ovalen gegenständigen Blättern, einer einzelnen Haarlinie am Stängel und weißen tief zweigeteilten Blüten

Agronom · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Die weißen Blüten sind klein, meist nur wenige Millimeter breit. Sie besitzen fünf Kronblätter, die jeweils tief zweigeteilt sind, sodass zehn Kronblätter vorgetäuscht werden. Darunter stehen fünf grüne Kelchblätter. Nach der Blüte bildet sich eine kleine längliche Kapsel mit mehreren winzigen braunen Samen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Stellaria media hat sich von Eurasien und Nordafrika aus fast weltweit verbreitet. In Kalifornien findet man sie nahezu überall außer in weiten Teilen der trockensten Wüstengebiete. Besonders häufig wächst sie auf feuchten Flächen: in Gärten und Gemüsegärten, auf schattigen Rasenflächen, in gepflanzten Wäldchen, auf Feldern und entlang von Wegen.

Im Sacramento Valley fällt sie nach Regen auf kühlem fruchtbarem Boden besonders leicht auf. Solange der Untergrund nicht austrocknet, entstehen rasch dichte hellgrüne Polster. An der nebligen Küste wächst sie bisweilen sogar im Sommer weiter; im heißen Central Valley verschwindet sie häufiger nach dem Einsetzen anhaltend trockener Hitze.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

In den kalifornischen Niederungen keimt sie mit den Regenfällen, oft schon im November oder Dezember. Das zarteste Grün steht gewöhnlich zwischen Dezember und April zur Verfügung, bei kühlem Frühjahrswetter auch länger.

Blüten können fast während der gesamten kühlen Wachstumszeit erscheinen. UC IPM nennt einen sehr weiten Blühzeitraum von Februar bis September und bei geeigneten Bedingungen sogar das ganze Jahr. Das bedeutet jedoch nicht, dass das Kraut in jedem Gebiet ganzjährig wächst. An der feucht-nebligen Küste dauert die Saison erheblich länger als auf der offenen trockenen Ebene von Sacramento.

Nach der Blüte folgen kleine Kapseln und Samen. In günstiger feuchter Umgebung kann die Vogelmiere ihren Lebenszyklus innerhalb weniger Wochen durchlaufen und eine weitere Pflanzengeneration hervorbringen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Die weichen Blätter werden roh gegessen. Ihr Geschmack ist zart, leicht grasig und erinnert manchmal an mildes Salatgrün. In vielen Ländern ist die Vogelmiere als Frühlingssalatpflanze bekannt.

Zarte Stängel. Dünne saftige Triebspitzen lassen sich zusammen mit den Blättern roh essen. Während aktiven Wachstums bleiben sie am weichsten; alte austrocknende Stängel sind deutlich weniger angenehm.

Blüten. Auch die kleinen weißen Blüten sind roh essbar und können gemeinsam mit den grünen Triebspitzen verwendet werden. Iowa State University Extension nennt Blätter, Stängel und Blüten ausdrücklich als ohne Erhitzen essbare Teile der Vogelmiere.

Samen. North Carolina State University Extension führt für dieselbe Art zusätzlich Samen als essbar an und bestätigt ihre rohe Verwendung. Sie sind jedoch so klein, dass sich eine nennenswerte Menge erheblich schwerer ernten lässt als das Grün.

Vogelmiere enthält Saponine. Die North Carolina State University Extension weist darauf hin, dass diese schlecht aufgenommen und durch gründliches Kochen abgebaut werden. Der hier beschriebene Rohverzehr verwendet jedoch keine Hitze. Deshalb sind große tägliche Mengen der Pflanze nicht zu empfehlen. Sie gehört als kleine Ergänzung zur Mahlzeit auf den Speiseplan, nicht als dessen Hauptbestandteil.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Mehrere kleine Kräuter sehen der Vogelmiere ähnlich. Bei Hornkräutern der Gattung Cerastium sind Blätter und Stängel normalerweise deutlich dichter behaart. Bei Stellaria media fällt vor allem eine einzelne Haarlinie am Stängel auf, die zwischen Knoten die Seite wechseln kann.

Wichtiger ist die Verwechslungsgefahr mit dem Ackergauchheil Anagallis arvensis, auf Englisch scarlet pimpernel. Auch er trägt kleine gegenständige Blätter und niedrige Triebe, sein Stängel ist jedoch kantig, und die Blüten sind gewöhnlich rötlich-orange statt weiß und tief eingeschnitten. Er darf nicht als Ersatz für essbare Vogelmiere verwendet werden. Nur nach einem weichen Blatt zu bestimmen, ohne die charakteristischen Blüten und die Haarlinie zu prüfen, ist unzuverlässig.

Während bei Stellaria media die Haarlinie eng begrenzt ist, sind die Haare bei ähnlichen Cerastium-Arten breiter verteilt. Der orange blühende Ackergauchheil besitzt ebenfalls andersartige Triebe. Bevor das zusammenspielende Merkmalsbild aus Blättern, Haarlinie und Blüten eindeutig ist, darf ein niedriger grüner Pflanzenteppich nicht als Vogelmiere bestimmt werden.

QUELLEN

- UC IPM, Common Chickweed: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/common-chickweed/
- UC IPM, Chickweeds: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/chickweeds/
- Iowa State University Extension, Chickweed: https://naturalresources.extension.iastate.edu/encyclopedia/chickweed
- North Carolina State Extension, Stellaria media: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/stellaria-media/
- UC IPM, Scarlet Pimpernel: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/scarlet-pimpernel/

Schraubenbohnen-Mesquite — essbare schraubenförmige Hülsen · Strombocarpa pubescens

Strombocarpa pubescens

Unter den Wüstenbäumen gibt es kaum ungewöhnlichere Früchte als bei diesem Mesquite: Seine Hülsen sehen wie kurze, fest aufgedrehte Federn aus. Anfangs sind sie grün, bei Reife werden sie gelblich-braun. Die heimische Art ist auch unter dem früheren wissenschaftlichen Namen Prosopis pubescens bekannt. Sowohl ihre jungen Hülsen als auch reife Fruchtschoten haben eine belegte Verwendung als Nahrung ohne Erhitzen.



Strombocarpa pubescens mit doppelt gefiederten Blättern, hellgelben Blütentrauben und schraubenförmig gewundenen Hülsenfrüchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Meist handelt es sich um einen buschigen Baum von drei bis acht Metern Höhe mit verzweigter Krone, graubrauner Rinde und scharfen Dornen. Seine Blätter sind doppelt gefiedert; zahlreiche kleine rundlich-ovale Blättchen stehen paarweise an feinen Achsen. Die kleinen hellgelben Blüten sind in länglichen, zylindrischen Trauben dicht angeordnet.

Das auffälligste Bestimmungsmerkmal erscheint nach der Blüte: Die Hülsenfrucht krümmt sich nicht bloß zu einem Bogen, sondern windet sich mehrmals um ihre eigene Längsachse und bildet eine fast regelmäßige Schraube. Die Spiralen sind zunächst grün, trocknen später allmählich und werden hellbraun. Strombocarpa pubescens ist der hier verwendete moderne Name; zahlreiche botanische und lebensmittelkundliche Quellen nennen die Pflanze weiterhin Prosopis pubescens.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Das natürliche Verbreitungsgebiet umfasst die Wüstenregionen im Südwesten der Vereinigten Staaten und im nördlichen Mexiko. In Kalifornien wächst die Schraubenbohnen-Mesquite vor allem dort, wo Wüstenböden zusätzliche Feuchtigkeit erhalten: in alten Überschwemmungsgebieten, entlang von Wasserläufen, in saisonalen Flussbetten, flachen Tälern und in der Nähe leicht salzhaltiger Standorte. Sie kommt in südöstlichen Countys vor, ist aber keineswegs ein Baum für jeden trockenen Hang. Örtlich sind die Bestände zurückgegangen. Auch bei essbaren Früchten wäre eine großflächige Ernte nicht angemessen.



Strombocarpa pubescens mit doppelt gefiederten Blättern, hellgelben Blütentrauben und schraubenförmig gewundenen Hülsenfrüchten

pompilid · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen die hellen Blütentrauben. In der zweiten Frühjahrshälfte und im Sommer entwickeln sich weiche grüne Spiralen. In heißen Niederungen reifen einige Hülsen schon im Sommer; an manchen Standorten bleiben Früchte bis in den Herbst erhalten. Junge und reife Hülsen unterscheiden sich nicht nur in der Farbe, sondern auch in ihrer Festigkeit. Alte Schoten aus feuchtem Schlamm sollten nicht aufgehoben werden: Sie können von Pilzen geschädigt sein.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge grüne Hülsen. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass weiche unreife Früchte unter dem Namen Prosopis pubescens roh gegessen wurden. Dies gilt nur für das frühe Stadium, solange die Hülse noch nicht hart geworden ist.

Reife Hülsen. Das USDA dokumentiert die Verwendung süßer getrockneter Früchte als zermahlene Nahrung. Nach natürlicher Trocknung können saubere Hülsen zerstoßen oder gemahlen und das Pulver mit

kaltem Wasser vermischt werden. Das ist keine Empfehlung, die harten reifen Samen zu zerbeißen: Sie sitzen in festen Hüllen und können Zähne beschädigen.

Blätter, Blüten, Rinde und Wurzeln gehören nicht zur rohen Nahrungsliste. Angesichts des Zustands mancher Wildpopulationen ist es sinnvoller, solche Verwendungen an Orten mit ausdrücklich erlaubter Ernte kennenzulernen, statt selten gewordene Bestände auszubeuten.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Andere Mesquite-Arten wie Neltuma odorata besitzen ebenfalls feine doppelt gefiederte Blätter und ähnliche Blütentrauben. Ihre reifen Hülsen sind jedoch länger und bilden gewöhnlich keine gleichmäßig verschraubten Zylinder. Aus der Entfernung kann man die Schraubenbohnen-Mesquite mit Zierbäumen aus der Familie der Hülsenfrüchtler verwechseln; deren Früchte müssen keineswegs ebenso essbar sein. Für eine sichere Bestimmung braucht man die charakteristische spiralförmige Hülse am zugehörigen Zweig sowie Blättchenform und Blütentrauben. Allein am Boden gefundene Hülsen, ohne Blätter und Zweige zu sehen, erlauben keine sichere Artzuordnung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6879
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_prpu.pdf
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prosopis+pubescens
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/propub

Gewöhnlicher Löwenzahn — rohe Frühlingsblätter, Blüten und vorsichtig verwendbare Wurzeln · Taraxacum officinale

Taraxacum officinale

Im Spätwinter und Frühjahr blüht auf kalifornischen Rasenflächen gelber Löwenzahn. Tagsüber wirken seine Blütenkörbe wie kleine Sonnenscheiben; nach der Blüte werden sie zu den vertrauten weißen Pusteblumen. Für die Ernährung ist jedoch besonders wichtig, dass die grüne Blattrosette schon vor der Blüte erscheint. Junge Löwenzahnblätter werden roh gegessen; später kommen frische Blüten und Knospen hinzu.



Taraxacum officinale mit grundständiger tief gezähnter Blattrosette, blattlosem hohlem Blütenstiel und gelbem Blütenkorb oder weißer Pusteblume

Elekes Andor · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Löwenzahn ist ein ausdauerndes Kraut mit einer kräftigen Pfahlwurzel, die tief in den Boden reicht. Die Blätter wachsen aus einer kurzen grundständigen Sprossachse als Rosette. Sie sind länglich, glatt oder etwas behaart und tragen große unregelmäßige Zähne. Viele dieser Zähne zeigen rückwärts zum Blattgrund; darauf spielt der Name „Löwenzahn“ an.

Aus der Mitte der Rosette wächst ein hohler, blattloser Blütenstiel. An seiner Spitze öffnet sich genau ein gelber Blütenkorb, der aus vielen schmalen Zungenblüten besteht. Am Blütenstiel selbst befinden sich keine grünen Blätter. Bricht man einen Blatt- oder Blütenstiel, tritt weißlicher Milchsaft aus.

Nach der Blüte bilden sich kleine trockene Früchte mit Büscheln weißer Haare. Zusammen entsteht die kugelige Pusteblume, deren Flugfrüchte vom Wind fortgetragen werden. Nicht selten sieht man an einem Exemplar gleichzeitig junge Blätter, einen geöffneten gelben Blütenkorb und einen bereits reifenden weißen Fruchtstand.



Taraxacum officinale mit grundständiger tief gezähnter Blattrosette, blattlosem hohlem Blütenstiel und gelbem Blütenkorb oder weißer Pusteblume

Petruss · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Taraxacum officinale stammt aus Eurasien und gehört heute zu den verbreitetsten Pflanzen an vom Menschen gestörten Standorten Kaliforniens. Es wächst auf Rasenflächen, in Parks und Gärten, auf Feldern, an Wegerändern und auf feuchten Wiesen.

UC IPM beschreibt Löwenzahn als häufige ausdauernde Pflanze fast des gesamten Bundesstaates. Im Sacramento Valley fällt er besonders auf bewässerten Flächen auf; an trockenen Orten ohne Wasser ist das Wachstum eingeschränkt. Blattrosetten können auf Rasenflächen dichte Flecken bilden. Die Bestände sind jedoch weder in einer heißen Wüste noch in einem feuchten Küstenpark überall gleich dicht.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Während des milden kalifornischen Winters können die Blätter viele Monate grün bleiben. Zarte junge Blätter wachsen besonders reichlich nach Winterregen, häufig von Januar bis April. Vor der Hauptblüte schmecken sie im Frühjahr gewöhnlich weniger bitter als im Sommer.

In den Niederungen können Blüten bereits im Winter und Frühjahr erscheinen. Bei dauerhafter Feuchtigkeit blüht Löwenzahn auch in anderen Monaten. Die gelben Blütenkörbe öffnen sich im Licht und schließen sich oft am Abend.

Die Wurzel bleibt das ganze Jahr über im Boden. Betrachtet man sie als eigenständigen essbaren Pflanzenteil, ist eine junge Frühlingswurzel nach der feuchten Jahreszeit meistens weicher als eine alte faserige. Das bloße Vorhandensein einer Wurzel bedeutet jedoch nicht, dass jede mögliche Zubereitung zum Thema Ernährung ohne Feuer gehört.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Sie werden roh, besonders in Salaten, gegessen. Nach Angaben der North Carolina State University Extension und der University of Wisconsin Extension eignen sich die zarten Blätter vor oder zu Beginn der Blüte am besten. Sie besitzen eine deutliche Bitterkeit, die mit zunehmendem Alter stärker wird. In Europa werden Löwenzahnblätter seit Langem als frisches saisonales Grün verwendet.

Frische gelbe Blüten. Auch sie sind roh essbar. Die Wisconsin Extension nennt Blüten ausdrücklich als frisch verwendbaren Pflanzenteil. Die äußeren gelben Zungenblüten schmecken meist milder als die grüne Hülle des Blütenkorbs. Geöffnete Blüten schließen sich und welken rasch; sie bleiben nicht lange frisch.

Noch geschlossene Blütenknospen. Sie sind nur während der kurzen Zeit vor dem Öffnen des gelben Blütenkorbs verfügbar. Auch Knospen führt die Wisconsin Extension als essbare Teile des Löwenzahns.

Wurzel. Löwenzahnwurzeln sind essbar. Ein gesonderter Führer zu wild wachsenden Nahrungspflanzen beschreibt ihren Verzehr nach dem Schälen auch in rohem Zustand. Bei jungen Pflanzen ist die Wurzel im Frühjahr oft weicher. Die Bitterkeit ist ausgeprägt; größere Portionen können abführend wirken. Deshalb sind rohe Wurzeln keine ebenso alltägliche Nahrung wie junge Frühlingsblätter und werden nur vorsichtig und in geringer Menge verwendet.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Auf Rasenflächen wachsen weitere gelb blühende Pflanzen, die Löwenzahn ähneln. Das Gewöhnliche Ferkelkraut Hypochaeris radicata besitzt ebenfalls eine grundständige Rosette und gelbe Blütenkörbe. Seine Blätter sind jedoch oft deutlich behaart, und seine Blütenstiele können sich verzweigen. Bei echtem Löwenzahn trägt jeder einzelne hohle, blattlose Stiel genau einen Blütenkorb.

Wichtig ist außerdem, dass es viele Arten und Formen der Gattung Taraxacum gibt. In Kalifornien existiert mit Taraxacum californicum ein seltener heimischer Löwenzahn, der auf besondere Gebirgswiesen angewiesen ist. Er darf weder in der Beschreibung noch in Bildunterschriften mit dem gewöhnlichen, verbreiteten Taraxacum officinale gleichgesetzt werden.

Der seltene kalifornische Taraxacum californicum ist schutzbedürftig und kein gewöhnlicher Stadtlöwenzahn. Eine zweifelhafte Rosette in einem natürlichen Gebirgslebensraum sollte nicht beerntet werden. Die typische Art erkennt man an der einzelnen gelben Blüte auf einem blattlosen hohlen Stiel und der Rosette tief gezähnter Blätter. Für junge Blätter und gelbe Blüten ist der Rohverzehr durch universitäre Quellen am klarsten belegt. Die Wurzel wird hier ausdrücklich nur als gesonderte vorsichtige rohe Verwendung beschrieben, nicht als universelles tägliches Lebensmittel.

QUELLEN

- UC IPM, Dandelion: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/dandelion/
- NC State Extension, Taraxacum officinale: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/taraxacum-officinale/
- University of Wisconsin Extension, Dandelion: https://hort.extension.wisc.edu/articles/dandelion-taraxacum-officinale/
- Trent University / Gamiing Nature Centre, Edible Wild Plants: https://batadora.trentu.ca/_flysystem/fedora/2022-04/The_edible_wild_plants_of_the_Gamiing_Nature_Centre_A_guide_to_recognizing_harvesting_and_eating_local_wild_plants_in_the_Kawartha_Lakes_region.pdf

Neuseeländer Spinat — fleischige dreieckige Blätter am sandigen Küstensaum · Tetragonia tetragonoides

Tetragonia tetragonoides

An einer warmen Meeresküste oder neben einem alten Gemüsegarten breitet sich manchmal ein dichter Teppich aus grünen, saftigen, dreieckigen Blättern aus. Die Stängel sind fleischig und verzweigt; in den Blattachseln verbergen sich kleine gelbe Blüten. Das ist der Neuseeländer Spinat, eine Art, die mit dem gewöhnlichen Spinat nicht näher verwandt ist, aber seit Langem als Blattgemüse angebaut wird. Sehr junge Blätter und Triebspitzen können roh gegessen werden. Da sie Oxalate anreichern können, sind große Portionen ohne Erhitzen jedoch nicht ratsam.



Tetragonia tetragonoides mit niederliegenden fleischigen Trieben, dreieckigen grünen Blättern, kleinen gelben Blüten und kantigen Früchten

Arn · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das einjährige oder kurzlebig ausdauernde Kraut bildet lange niederliegende, verzweigte Triebe von einem Meter und mehr. Der grüne saftige Stängel ist manchmal rötlich getönt und bricht leicht. Die wechselständigen Blätter sind rautenförmig, dreieckig oder eiförmig-dreieckig und haben einen glatten Rand und kurze Stiele. Die Blattfläche ist dick und fleischig, manchmal mit winzigen bläschenartigen Zellen besetzt. Die kleinen gelblichen Blüten stehen einzeln oder zu wenigen in Blattachseln und besitzen keine auffälligen großen Kronblätter. Nach der Bestäubung entwickelt sich eine feste kantige Frucht mit mehreren Auswüchsen, die einer kleinen vierhörnigen Kapsel ähnelt. Ährenförmige Blütenstände wie beim Gartenspinat entstehen nicht.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Tetragonia tetragonoides als nicht heimisches Kraut mit zahlreichen Küstenfunden; über tausend Beobachtungen sind dokumentiert. Besonders viele Pflanzen wachsen an warmen sandigen Meeresstandorten, in Küstengebüschen und auf gestörten Flächen, manchmal in der Nähe ehemaliger Gärten. Die Art erträgt salzhaltige Gischt und sommerliche Hitze. Im Inneren des Sacramento Valley ist sie eher eine Gartenpflanze als eine reichlich vorhandene wilde Ressource. Pflanzen an verschmutzten Stränden und Abwasserabläufen eignen sich nicht für den Rohverzehr.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach der Erwärmung im Frühjahr und bei ausreichender Feuchtigkeit bildet die Pflanze rasch neue fleischige Triebe. Im milden Küstenklima kann das Wachstum fast die ganze warme Jahreszeit hindurch anhalten. Am zartesten sind die Blätter meist im Frühjahr und Frühsommer. Bei Hitze können die Triebspitzen saftig bleiben, wenn genug Wasser vorhanden ist; untere Blätter altern und entwickeln einen unangenehmen Geschmack. Blüten und kantige Früchte erscheinen während des Wachstums, häufig im Sommer und Herbst.



Tetragonia tetragonoides mit niederliegenden fleischigen Trieben, dreieckigen grünen Blättern, kleinen gelben Blüten und kantigen Früchten

Frank Vincentz · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Sehr junge Blätter und Triebspitzen. Plants For A Future nennt ausdrücklich den Rohverzehr ganz junger Pflanzenteile von Tetragonia tetragonoides in Salaten. Einige Zentimeter lange Triebe sind gewöhnlich am weichsten. Die saftigen Blätter haben einen milden, grasigen und leicht schleimigen Geschmack.

Es gibt jedoch eine wichtige Einschränkung: Der Oxalatgehalt kann wie beim echten Spinat hoch sein, und ältere Blätter werden schärfer im Geschmack. Roh kommen deshalb nur kleine Probierportionen einer eindeutig bestimmten Pflanze infrage. Menschen mit Neigung zu Calciumoxalat-Nierensteinen sollten den

Rohverzehr besser vermeiden. Alte Blätter, die kantigen Früchte, Samen und Wurzeln gehören nicht zum Speiseplan ohne Erhitzen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Tetragonia expansa ist ein älterer Name derselben Art, keine zweite eigenständige Pflanze. Der gewöhnliche Gartenspinat Spinacia oleracea wächst eher in einer Blattrosette und besitzt andere Blüten und Früchte. Küstenbewohnende Carpobrotus-Arten haben wesentlich dickere, dreikantige Blätter an ganz andersartigen kriechenden Trieben. Andere salzverträgliche Sukkulenten tragen ebenfalls saftige Blätter, bilden aber nicht die typischen gelben Blattachselblüten und hornartig kantigen Früchte des Neuseeländer Spinats. Angesichts der Vielfalt der Strandpflanzen reichen dreieckige Blätter allein nicht aus, um die Art sicher zu bestimmen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=13131
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tetragonia+tetragonioides
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tetragone.jpg

Großer Bocksbart — gelbe Blüten und zarte Frühjahrstriebe · Tragopogon dubius

Tragopogon dubius

Auf trockenen Vorgebirgshängen und alten Weiden wächst im Frühjahr ein hohes krautiges Gewächs mit leuchtend gelben Blütenkörben. Seine langen schmalen Blätter stehen nahezu aufrecht, und die Blüte schließt sich oft schon gegen Mittag. Später bildet sie einen großen flaumigen Fruchtstand, der einem riesigen Löwenzahn ähnelt. Bei Tragopogon dubius lassen sich weiche junge Stängel und Blattgründe ohne Feuer verzehren. Auch junge Wurzeln werden ausdrücklich als roh essbar beschrieben.



Tragopogon dubius mit langen schmalen grasartigen Blättern, gelben Blütenkörben und weit überstehenden grünen Hüllblättern

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das zweijährige oder kurzlebige Kraut besitzt eine fleischige Hauptwurzel und aufrechte, ungefähr 30 bis 100 Zentimeter hohe Stängel. Im ersten Jahr bildet sich eine grundständige Rosette langer, schmaler, grasartig wirkender Blätter mit einer hellen Mittelader. Beim Strecken des Stängels umfassen die Blätter dessen Grund. Bei Verletzung tritt weißlicher Milchsaft aus. Der gelbe Blütenkorb besteht aus zahlreichen Zungenblüten und wird gewöhnlich von acht langen schmalen grünen Hüllblättern umgeben, die oft deutlich über die Blüten hinausragen. Der reife Fruchtstand ist kugelförmig und besteht aus großen Achänen mit flaumigen Flugschirmen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora hat zahlreiche Funde von Tragopogon dubius dokumentiert, unter anderem in der Sierra Nevada, auf dem Modoc Plateau, in trockenen Vorbergen und an einzelnen Stellen des Sacramento Valley. Die aus Eurasien eingeschleppte Pflanze wächst auf offenen grasigen Hängen, alten Weiden, entlang von Straßen und auf gestörten Flächen. An feuchten schattigen Standorten ist sie selten; auf trockenem Boden kann sie zahlreich sein. Pflanzen an Feldern und Straßenrändern können Schadstoffe anreichern und dürfen dort nicht für rohe Nahrung gesammelt werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Junge Blattrosetten erscheinen nach den Winterregen. Im Frühjahr entwickeln sich kurze Stängel, die bei ungefähr fünf bis zehn Zentimetern Höhe am zartesten sind, bevor sie faserig werden. Die Blüte fällt auf Frühjahr und Sommer, im kühleren Gebirge später. Anschließend bildet die Pflanze Samen und beendet ihren Lebenszyklus. Die junge Wurzel ist vor der Entwicklung eines langen Blütenstängels besser geeignet; alte Wurzeln werden fest und bitter.



Tragopogon dubius mit langen schmalen grasartigen Blättern, gelben Blütenkörben und weit überstehenden grünen Hüllblättern

Sinan Çomu · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Sehr junge Stängel und Blattgründe. Plants For A Future beschreibt sie ausdrücklich als rohe Nahrung, solange die Pflanze noch klein ist. Sie werden von Erde gereinigt; bei Bedarf entfernt man eine grobe äußere Schicht und verwendet das weiche Innere frisch. Der Geschmack ist mild und etwas bitter.

Junge Wurzel. Die artspezifische Quelle bestätigt auch für Tragopogon dubius den Rohverzehr der fleischigen Wurzel. Junge, gründlich von Erde gereinigte Wurzeln eignen sich am besten. Man kann sie fein schneiden oder reiben. Bei ausgewachsenen Pflanzen ist die Wurzel häufig faserig, weshalb größere rohe Portionen nicht empfohlen werden. Samen und alte Blütenstängel werden ohne Erhitzen hier nicht gegessen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Tragopogon porrifolius besitzt purpurfarbene statt gelber Blütenkörbe. Bei Tragopogon pratensis, einer anderen gelb blühenden Art, sind die grünen Hüllblätter gegenüber den Zungenblüten gewöhnlich kürzer. Nur anhand der flaumigen Samenstände kann man den Großen Bocksbart mit Löwenzahn verwechseln. Beim echten Löwenzahn ist der Blütenstiel normalerweise blattlos und unverzweigt, während Bocksbartarten lange Blätter am Stängel tragen. Weißer Milchsaft kommt auch bei vielen anderen Korbblütlern vor und reicht zur Bestätigung der Essbarkeit nicht aus.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8019
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tragopogon+dubius

Haferwurzel — junge weiche Wurzeln und violette Morgenblüten · Tragopogon porrifolius

Tragopogon porrifolius

Auf offenen Grasflächen wächst manchmal eine Pflanze mit langen schmalen Blättern, die wie das junge Grün einer Grasart wirken. An kühlen Morgen öffnet sie große violette Blütenkörbe, die sich einige Stunden später oft schon wieder schließen. An ihrer Stelle entwickelt sich später eine riesige Kugel aus flaumigen Samen. Das ist Tragopogon porrifolius, die Haferwurzel, auch Purpur-Bocksbart genannt. Ihre ganz jungen Wurzeln und Frühjahrstriebe werden roh gegessen.



Tragopogon porrifolius mit langen schmalen Blättern, milchsaftführenden Stängeln und großen purpurvioletten Blütenkörben

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es handelt sich um ein zweijähriges oder kurzlebig ausdauerndes Kraut; der blühende Stängel wird gewöhnlich 30 bis 100 Zentimeter hoch. Die Blätter sind lang und schmal, besitzen nahezu parallel laufende Adern, laufen in eine dünne Spitze aus und umfassen mit ihrem Grund den Stängel. Beim Brechen tritt weißer Milchsaft aus. Im ersten Jahr entwickeln sich vor allem eine Blattrosette und eine lange helle fleischige Pfahlwurzel. Ab der zweiten Wachstumsperiode bildet die Pflanze einen verzweigten Blütenstängel mit großen purpurfarbenen Zungenblüten. Die langen grünen Hüllblätter ragen manchmal über den geöffneten Blütenkorb hinaus. Nach der Blüte bildet sich eine Kugel aus großen Achänen mit langen flaumigen Flugschirmen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Tragopogon porrifolius als nicht heimische Art mit Hunderten kalifornischen Beobachtungen. Sie wächst auf offenen gestörten Hängen, entlang von Weiden, auf eher trockenen Wiesen und auf ehemaligen landwirtschaftlichen Flächen. Im Sacramento Valley kommt sie stellenweise vor, doch besonders viele Nachweise stammen aus bestimmten Küsten- und Vorgebirgs-Countys. An Orten mit Herbizideinsatz und entlang stark befahrener Straßen dürfen Blätter und Wurzeln nicht für den Rohverzehr geerntet werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Rosette des ersten Jahres entwickelt sich nach Winterregen oder im frühen Frühjahr. Eine junge Wurzel ist am besten, bevor die Pflanze ihre Reserven für einen hohen Blütenstängel verbraucht hat; das ist meist vom Spätherbst bis zum frühen Frühjahr. Zarte Triebe erscheinen im Frühjahr. Die violetten Blütenkörbe sind im Frühjahr und Frühsommer zu sehen, in kühleren höheren Lagen später. Nach der Blüte verholzt die Wurzel zunehmend, der Stängel wird grob, und der Wind verbreitet die Samen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Wurzel. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass sie roh gegessen werden kann. Das helle geschälte Gewebe lässt sich in einen kalten Salat reiben. Es schmeckt mild, etwas süßlich und besitzt eine charakteristische Gemüsenote.

Frühjahrstriebe. Ganz junge weiche Austriebe können ebenfalls roh gegessen werden.

Blüten. Die geöffneten violetten Zungenblüten sind als kleine frische Ergänzung zulässig.

Ausgewachsene feste Stängel und alte Wurzeln werden nach artspezifischen Beschreibungen besser zubereitet und gehören deshalb nicht zur feuerfreien Nahrung. Für die sichere Ernte einer essbaren Wurzel ist es wichtig, zuvor eine blühende ausgewachsene Pflanze dieser Art erkannt zu haben, statt wahllos unbekannte Rosetten auszugraben.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Tragopogon dubius trägt gelbe statt purpurfarbene Blütenkörbe und unterscheidet sich auch in den Hüllblättern. Junge Rosetten anderer Korbblütler mit Milchsaft, etwa von Wegwarten und Gänsedisteln, können ähnlich aussehen. Ohne Blütenmerkmale eine Pflanze auszugraben ist riskant, weil die Bestimmung in diesem Stadium schwieriger ist. Für diese Art sind lange schmale Blätter, ein großer Blütenkorb an der Spitze des Stängels und später eine große flaumige Samenkugel charakteristisch. Ein flaumiger Fruchtstand allein beweist die Artzugehörigkeit nicht.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8020
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tragopogon+porrifolius

Wiesen-Bocksbart — zarte Wurzeln und Frühlingsblätter unter gelben Blüten · Tragopogon pratensis

Tragopogon pratensis

Auf einer kühlen Wiese zwischen Gräsern fallen manchmal schmale, grasähnliche Blätter auf, über denen sich ein schlanker Blütenstängel mit gelbem Korb erhebt. Er öffnet sich am Morgen. Nach der Blüte entsteht ein großer flaumiger kugeliger Fruchtstand. Das ist der Wiesen-Bocksbart, verwandt mit den bereits beschriebenen gelben und violetten Bocksbartarten. Er besitzt jedoch eigene Erkennungsmerkmale und ist in Kalifornien wesentlich seltener. Seine jungen Wurzeln und Blätter können roh gegessen werden.



Tragopogon pratensis mit schmalen grasartigen Blättern, gelben Blütenkörben und grünen Hüllblättern etwa in Blütenlänge

Ivar Leidus · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es handelt sich um ein zweijähriges oder kurzlebiges Kraut mit einem ungefähr 30 bis 80 Zentimeter hohen, aufrechten Blütenstängel. Während des ersten Jahres bildet es eine Rosette langer schmal-lanzettlicher Blätter mit parallelen Adern und einer weißlichen Mittelrippe. Zur Spitze hin werden sie allmählich schmaler. Bei Verletzung tritt weißer Milchsaft aus. Der blühende Stängel trägt einige schmale Blätter und an seiner Spitze einen Korb gelber Zungenblüten. Die grünen Hüllblätter sind bei vollständig geöffnetem Korb normalerweise nicht viel länger als die gelben Blüten. Nach der Blüte erscheint auf dem langen Stängel eine große Kugel aus Achänen mit luftigen flaumigen Haarkränzen. Eine junge Pfahlwurzel ist innen weiß und wird mit der Zeit faserig.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora beschreibt Tragopogon pratensis als nicht heimische Art, von der im Bundesstaat nur einige Dutzend Beobachtungen vorliegen. Sie kommt auf kühlen Wiesen, Weiden und gestörten Grasflächen, auch in Gebirgstälern, vor, ist jedoch weit seltener als Tragopogon dubius. In der heißen Mitte des Sacramento Valley darf man sie nicht auf jeder Brache erwarten. Viele ähnlich aussehende gelbe Bocksbärte gehören zu anderen Arten, weshalb die genaue Bestimmung entscheidend ist.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Bei ausreichender Winter- und Frühjahrsfeuchtigkeit entstehen zunächst junge Blätter. Am zartesten ist die Wurzel im ersten Lebensjahr oder bevor im frühen Frühjahr der Blütenstängel stark wächst. In kühlem Klima erscheinen die gelben Blüten im späten Frühjahr und Sommer; sie werden bald durch große flaumige Fruchtstände abgelöst. Sobald die Samen reifen, wird die Wurzel gröber. Alte Pflanzen eignen sich gewöhnlich nicht für den Rohverzehr.



Tragopogon pratensis mit schmalen grasartigen Blättern, gelben Blütenkörben und grünen Hüllblättern etwa in Blütenlänge

Jim Conrad · Public domain · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Wurzeln. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den rohen Verzehr der Wurzeln von Tragopogon pratensis und erwähnt ihren süßlichen Geschmack durch Inulin. Man reinigt die Wurzel gründlich von Erde, schält sie und reibt sie fein für kalte Speisen. Eine zu alte, faserige Wurzel ist nicht geeignet.

Junge Blätter und Triebe. Auch sie können im ganz weichen Stadium roh gegessen werden und schmecken leicht bitter. Ausgewachsene Blütenstängel werden in der artspezifischen Quelle nach dem Kochen beschrieben und hier nicht ohne Feuer empfohlen. Große Portionen inulinreicher Wurzeln können Blähungen verursachen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Bei Tragopogon dubius, einer separat beschriebenen Art, überragen die grünen Hüllblätter die gelben Zungenblüten meist wesentlich stärker; die Blütenstängel können zudem höher sein. Tragopogon porrifolius blüht purpurfarben. Echter Löwenzahn besitzt normalerweise einen unverzweigten blattlosen Blütenstiel, Bocksbartarten dagegen schmale Blätter am Stängel. Vor der Blüte sind die Arten schwer zu unterscheiden. Deshalb darf man keine beliebige Rosette ausgraben, nur um an eine Wurzel zu gelangen. Sinnvoller ist es, einen eindeutig bestimmten ausgewachsenen Bestand zu markieren und dort später neuen Austrieb zu beobachten.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8021
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tragopogon+pratensis
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Tragopogon+pratensis

Inkarnatklee — scharlachrote Blütenähren auf Frühlingswiesen · Trifolium incarnatum

Trifolium incarnatum

Auf manchen Frühlingswiesen und früheren Futterfeldern Kaliforniens ragen leuchtend rote, längliche Blütenköpfe aus dem grünen Teppich. Das ist der Inkarnatklee, eine aus dem Mittelmeergebiet eingeführte Art, die als Futter- und Bodenbedeckungspflanze angebaut wird. Seine kleinen frischen Einzelblüten und ganz jungen Blättchen werden als essbares Grün beschrieben. Man nimmt jedoch nur kleine Mengen; zufällig auf Feldern aufgelaufene Keimlinge sind keine geeignete rohe Nahrung.



Trifolium incarnatum mit dreizähligen behaarten Blättern und länglichen, dicht scharlachrot blühenden Köpfen auf einer Frühlingswiese

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das einjährige Kraut wird gewöhnlich 20 bis 50 Zentimeter hoch. Seine aufrechten oder etwas aufsteigenden Stängel tragen weiche Haare. Die Blätter sind dreizählig: Jedes besteht aus drei relativ breiten ovalen oder verkehrt eiförmigen Blättchen, die an ihrer Spitze oft leicht eingebuchtet und fein behaart sind. Auf den Blättchen ist manchmal eine hellere V-förmige Zeichnung zu sehen. Die Blütenköpfe sind stark verlängert und erinnern an eine kurze weiche Ähre von mehreren Zentimetern Länge. Sie sind dicht mit zahlreichen scharlachroten Schmetterlingsblüten besetzt. Jede besitzt eine schmale Röhre und ein hervortretendes oberes Kronblatt. Später entwickeln sich kleine Hülsenfrüchte mit Samen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora zählt Trifolium incarnatum zu den nicht heimischen Arten und dokumentiert einige Hundert Funde in Kalifornien, darunter aus Sacramento, Placer und Yolo County. Die Art erscheint in früheren Ansaaten, auf offenen Grasflächen sowie an Rändern von Weiden und Straßen. Gelegentlich wird sie gezielt als Zwischenfrucht gesät. Gras am Feldrand ist daher nicht zwangsläufig wild und frei sammelbar. In trockenen Wüstengebieten ohne Bewässerung ist der Klee wesentlich weniger wahrscheinlich.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach Herbst- und Winterregen entwickeln sich junge Rosetten, besonders im milden Klima der Niederungen. Die Blüte fällt gewöhnlich auf das Frühjahr und den Frühsommer, in kühleren Vorbergen etwas später. Nach dem Vertrocknen der Blütenköpfe reifen Samen, und das Kraut beendet seinen Lebenszyklus. Die besten Blätter wachsen, bevor die Stängel hoch und grob geworden sind. Von den roten Blütenköpfen werden nur frische unbeschädigte Einzelblüten verwendet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und einzelne frische Blüten. Das artspezifische Verzeichnis PlantaeDB beschreibt ihren Rohverzehr als kleine Salatzugabe. Die Blüten schmecken schwach süßlich, das Blattgrün mild nach Hülsenfrüchtlern, mitunter etwas herb. Maßhalten ist wichtig: Rohes Kleegewebe enthält viel Faserstoff und ist nicht immer leicht zu verdauen.

Auch gekeimte Samen dieser Art werden für Salate verwendet. Beim Keimen unter Feldbedingungen besteht jedoch ein hohes Risiko bakterieller Verunreinigungen; diese Methode wird hier deshalb nicht empfohlen. Trockene Samen werden gewöhnlich gemahlen und weiter verarbeitet. Ohne gesonderten Nachweis gelten sie nicht als roh essbare Nahrung dieses Artikels.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Der Wiesenklee Trifolium pratense trägt meist rundlichere purpurrosa Blütenköpfe. Inkarnatklee bildet deutlich längliche scharlachrote Blütenstände. Bei Trifolium repens sind die Blütenköpfe weiß und gewöhnlich kugelförmig. In Kalifornien wachsen viele heimische Kleearten mit roten oder rosafarbenen Blüten; die Farbe allein beweist keine Art. Entscheidend sind die längliche Kopfform, weich behaarte Stängel und dreizählige Blätter. Pflanzen von chemisch behandelten Weiden werden nicht gesammelt.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8084
- https://plantaedb.com/taxa/phylum/angiosperms/order/fabales/family/fabaceae/subfamily/papilionoideae/genus/trifolium/species/trifolium-incarnatum

Rotklee — dreizählige Blätter und rosa-violette Blütenköpfe · Trifolium pratense

Trifolium pratense

Auf Wiesen und alten Weiden Kaliforniens wächst eine ausdauernde Pflanze mit dreizähligen Blättern und dichten runden Blütenköpfen in Rosa bis Violett. Es ist Trifolium pratense, der Rotklee oder Wiesenklee. Vom Weißklee unterscheidet er sich durch höhere, beblätterte Stängel und größere Blütenköpfe. Zarte junge Blätter und frische Blüten sind als Nahrung ohne Feuer bestätigt. Große Kleeportionen dürfen jedoch nicht als universell unbedenkliches Gemüse gelten: Die Pflanze enthält biologisch aktive Stoffe, und ältere Blätter sind oft grob.



Trifolium pratense mit behaarten dreizähligen Blättern, teils hellem V-Muster und dicht rundlichen rosa-violetten Blütenköpfen

Thomas Skyt · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Rotklee ist ein krautiger Mehrjähriger mit mehreren aufsteigenden Stängeln, gewöhnlich 20 bis 60 Zentimeter hoch. Die wechselständigen Blätter sitzen an kurzen Stielen und bestehen aus drei ovalen oder eiförmigen Blättchen. Bei vielen Pflanzen trägt jedes Blättchen auf der Oberseite eine helle V-förmige Zeichnung; sie ist jedoch nicht immer vorhanden und allein kein zuverlässiges Bestimmungsmerkmal. Die Blättchen sind etwas behaart und fein gezähnt. Die Blütenköpfe sind dicht, fast kugelig oder eiförmig, und bestehen aus zahlreichen kleinen Schmetterlingsblüten von Rosa bis Purpur. Direkt unter einem Blütenkopf sitzen gewöhnlich die oberen dreizähligen Blätter. Nach der Blüte bleiben kleine Hülsen mit Samen innerhalb des vertrocknenden Blütenkopfs; lange herabhängende Schoten bilden sich nicht. Die Wurzel besitzt eine ausgeprägte Hauptwurzel mit Knöllchen stickstoffbindender Bakterien.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Trifolium pratense als nicht heimische Art, die in zahlreichen kalifornischen Countys vorkommt. Dokumentiert ist sie unter anderem aus Placer, Butte, El Dorado, Humboldt, Sonoma und Sacramento. Besonders häufig steht sie auf Wiesen, Weiden, bewässerten Flächen und früheren Futtergrasansaaten. In kühlen Berg- und Küstenregionen kann sie örtlich gewöhnlich sein; an trockenen offenen Hängen des heißen Sacramento Valley ist sie ohne Wasser seltener. Weißklee Trifolium repens ist auf städtischen Rasenflächen oft deutlich vertrauter. Die Eigenschaften beider Arten dürfen nicht vermischt werden. Gartenklee kann auf Privatgrund oder auf chemisch behandelten Flächen wachsen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima wachsen die Blätter nach winterlicher Feuchtigkeit und bleiben im Frühjahr erhalten. Besonders zart sind die Blättchen meist vor der Bildung der Blütenköpfe. Die Blüte beginnt häufig im Frühjahr und dauert bis in den Sommer, besonders auf bewässerten Wiesen und in kühleren Gebieten. Während die Blütenköpfe verblühen, werden sie braun; in kleinen Hülsen reifen die Samen. Bei starker Hitze im Central Valley verringert sich das oberirdische Wachstum. „Klee kann man immer essen“ wäre falsch: Junge Blätter und frische Blütenköpfe besitzen nur eine begrenzte Zeit guter Qualität, auch wenn alte Stängel noch lange stehen.



Trifolium pratense mit behaarten dreizähligen Blättern, teils hellem V-Muster und dicht rundlichen rosa-violetten Blütenköpfen

AnRo0002 · CC0 · Wikimedia Commons

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr junger Blätter von Trifolium pratense, besonders vor der Blüte. Sie schmecken leicht grasig, sind etwas behaart und können in kleiner Menge anderem Grün beigemischt werden. Die Quelle weist darauf hin, dass man größere Blattmengen traditionell vorzugsweise gekocht hat. Daher wird keine große Schüssel rohen Klees empfohlen.

Junge rosa-violette Blütenköpfe sind ebenfalls ausdrücklich als roh essbar beschrieben. Man kann sie in einzelne zarte Blüten zerlegen und frisch essen. Alte braun werdende Köpfe sind grob. Trockene Samen enthalten Trypsininhibitoren. Die artspezifische Quelle erwähnt zwar gekeimte Samen, doch trockene unbehandelte Samen gehören nicht zur Nahrung dieses Artikels. Wurzeln werden gewöhnlich unter Hitze zubereitet und hier nicht empfohlen.

Rotklee enthält phytoöstrogene Isoflavone. Wer solche Stoffe aus gesundheitlichen Gründen meiden muss, sollte auf konzentrierte Produkte und regelmäßig große Portionen verzichten, sofern nicht fachlich etwas anderes empfohlen wurde.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Weißklee Trifolium repens bildet lange kriechende Stängel, kleine weiße oder rosig werdende Blütenköpfe und einzelne blattlose Blütenstiele, die von Kriechtrieben ausgehen. Beim Rotklee stehen die Stängel höher, sind behaart, und rosa-violette Köpfe sitzen normalerweise in der Nähe von Blättern. Auch manche heimische kalifornische Trifolium-Arten besitzen dreizählige Blätter und rosa Blüten. Farbe und drei Blättchen allein reichen daher nicht zur Artbestimmung. Auf Weiden sind chemische Behandlung und Verunreinigungen durch Tierkot möglich. Rohe Blüten aus Zierbeeten mit unbekannter Behandlung sind ebenfalls keine sichere Nahrung.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8104
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8104
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Trifolium+pratense

Weißklee — dreizählige grüne Blätter und helle Blütenköpfe · Trifolium repens

Trifolium repens

Auf feuchten Rasenflächen und an ländlichen Wegen Kaliforniens wächst häufig ein niedriger grüner Teppich. Er besteht aus kleinen Blättern mit jeweils drei rundlichen Blättchen. Darüber erheben sich an dünnen Stielen weiße, manchmal leicht rosafarbene kugelige Blütenköpfe. Das ist Weißklee, eine weitverbreitete ausdauernde Pflanze. Lebensmittelquellen beschreiben den Rohverzehr seiner jungen grünen Teile und Blüten. Dabei ist Zurückhaltung wichtig: Manche Pflanzen enthalten Verbindungen, aus denen Blausäure freigesetzt werden kann.



Trifolium repens mit am Boden kriechenden Trieben, dreizähligen rundlichen Blättern und weißen bis rosigen kugeligen Blütenköpfen

Prazak · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Weißklee ist ein niedriges ausdauerndes Kraut. Seine langen kriechenden Triebe liegen dicht über dem Boden und können an den Stellen Wurzeln bilden, an denen sie ihn berühren. So breitet sich eine einzelne Pflanze allmählich über eine größere grüne Fläche aus.

Jedes Blatt besteht aus drei getrennten kleinen, rundlich-ovalen Blättchen mit sehr feinen Randzähnchen. Auf vielen sieht man einen hellen Halbmond oder einen blassen Bogen; dieses Muster fehlt jedoch bei manchen Pflanzen. Die Blätter sitzen auf langen, dünnen Blattstielen und ragen damit über die kriechenden Triebe hinaus.

Die kleinen Schmetterlingsblüten stehen zahlreich in einem kugeligen Kopf. Anfangs sind sie weiß, später können sie zartrosa werden oder sich bräunlich verfärben. Nach dem Verblühen neigt sich der ganze Kopf nach unten. In seinem Inneren entstehen kleine trockene Hülsen mit Samen.



Trifolium repens mit am Boden kriechenden Trieben, dreizähligen rundlichen Blättern und weißen bis rosigen kugeligen Blütenköpfen

Reaperman · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Trifolium repens stammt aus Europa und ist heute fast überall in Kalifornien außer in den trockensten Wüstengebieten verbreitet. Er wächst auf Rasenflächen und Weiden, auf feuchten Wiesen, in Gärten, Feldern und manchen Waldlichtungen.

Im Sacramento Valley kann Weißklee auf regelmäßig bewässerten Flächen besonders zahlreich sein. Die niedrigen Triebe überstehen häufiges Mähen und wachsen zwischen den Grashalmen weiter. Ohne Wasser kann der grüne Teppich im Sommer vertrocknen oder in eine Ruhephase übergehen. Darum unterscheidet sich der Bestand auf einem bewässerten Rasen stark von dem an einem trockenen sonnigen Straßenrand.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Klima bleiben manche Blätter auch im Winter grün; nach Regen entsteht neuer zarter Austrieb. Besonders viel junges Grün ist gewöhnlich im Frühjahr und Frühsommer vorhanden. Auf bewässerten Flächen können frische Blätter deutlich länger wachsen.

UC IPM beschreibt für Kalifornien eine Blütezeit von März bis Dezember. In kühleren Gebieten liegt die Hauptblüte im Frühjahr und Sommer. Die Samen reifen nach dem Braunwerden der Blütenköpfe, meist in warmen Monaten und im Herbst.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Universitäre Lebensmittelverzeichnisse beschreiben den Rohverzehr des Grüns von Trifolium repens. Zarte Blättchen werden in kleinen Mengen zu anderem Salatgrün gegeben. Sie schmecken mild und etwas grasig.

Junge Triebe. Dünne kriechende Sprosse sind ein weiterer oberirdischer Teil der Pflanze. Die Iowa State University Extension zählt die oberirdischen Teile des Weißklees zu den essbaren Pflanzenteilen. Gemeint ist auch hier der zarte Austrieb und nicht altes, verholztes Gewebe.

Frische Blüten. Auch die weißen Blütenköpfe werden als essbar aufgeführt. Wegen der winzigen Einzelblüten verwendet man sie eher als kleine Ergänzung und nicht als hauptsächliche grüne Mahlzeit. Blüten gehören zur Blütezeit, während junge Blätter schon früher erscheinen.

Weißklee besitzt eine wichtige natürliche Besonderheit: Es gibt zwei biochemische Typen. Manche Populationen können bei der Beschädigung ihrer Gewebe Blausäure freisetzen, andere besitzen diese Fähigkeit kaum. Der Unterschied hängt mit den Genen der Pflanze zusammen und lässt sich an der Blattzeichnung nicht erkennen. Frischer Weißklee sollte deshalb nicht in großen Mengen verzehrt werden. Ein dichter Kleeteppich ist kein unbegrenzter Vorrat sicherer Rohkost.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Erdbeerklee Trifolium fragiferum besitzt ebenfalls drei Blättchen und wächst an feuchten Standorten. Seine Blütenköpfe schwellen später jedoch an und werden rosa; sie erinnern dann an kleine Erdbeeren. Weißklee bildet nicht diese auffällig aufgeblasenen Köpfe.

Auch der Hornfrüchtige Sauerklee Oxalis corniculata hat drei Blättchen. Diese sind aber deutlich herzförmig. Seine Blüten bestehen aus fünf gelben Kronblättern statt aus vielen kleinen weißen Schmetterlingsblüten in einem gemeinsamen Kleekopf. Drei Blättchen allein reichen also nicht zur sicheren Bestimmung.

Es gibt außerdem einen unsichtbaren Unterschied innerhalb der Weißkleeart: Manche Pflanzen besitzen cyanogene Verbindungen und Enzyme, die bei Gewebeschäden Blausäure freisetzen können, andere nicht. Dieser natürliche Polymorphismus ist für Trifolium repens wissenschaftlich belegt und lässt sich nicht an weißen Blattmarkierungen erkennen. Ein Hinweis auf roh essbare Teile macht daher nicht jede gefundene Pflanze zur Grundlage einer großen Mahlzeit. Sind Herkunft und Art unklar, wählt man besser ein anderes Grün.

QUELLEN

- UC IPM, White Clover: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/white-clover/
- Iowa State University Extension, Dutch White Clover: https://naturalresources.extension.iastate.edu/encyclopedia/dutch-white-clover
- NC State Extension, Trifolium repens: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/trifolium-repens/
- M. A. Hughes, The Cyanogenic Polymorphism in Trifolium repens, Heredity (1991): https://www.nature.com/articles/hdy199113
- USDA Forest Service, Trifolium repens: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/trirep

Große Kapuzinerkresse — runde Blätter, bunte Blüten und pfeffriger Geschmack · Tropaeolum majus

Tropaeolum majus

Im milden Klima der kalifornischen Küste liegen an alten Zäunen und grasigen Hängen manchmal lange grüne Ranken mit runden Blättern, die an kleine Schirme erinnern. Dazwischen öffnen sich rote, orangefarbene oder gelbe Blüten mit einem langen Sporn. Das ist die Große Kapuzinerkresse Tropaeolum majus. Sie wird häufig in Gärten angepflanzt, wächst in Kalifornien aber auch außerhalb der Kultur. Für den Rohverzehr sind Blätter, Blüten, zarte Knospen und grüne Früchte dieser Art belegt. Sie sind zu unterschiedlichen Jahreszeiten verfügbar.



Tropaeolum majus mit schildförmigen runden Blättern, langen saftigen Trieben und orangefarbenen gespornten Blüten

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Kapuzinerkresse ist ein krautiges Gewächs mit langen saftigen Stängeln. Je nach Klima und Sorte bildet sie einen niedrigen Teppich oder wächst an anderen Pflanzen empor, indem sie sich mit ihren langen Blattstielen festhält. Sie ist keine verholzende Kletterpflanze. Junge Triebe sind glatt, grün oder rötlich und brechen leicht.

Die Blätter sind rund und haben einen glatten oder leicht gewellten Rand. Besonders charakteristisch ist der Ansatz des Blattstiels: Er sitzt nicht am Rand der Spreite, sondern auf deren Unterseite nahe der Mitte. Von dieser Stelle aus laufen die Blattadern fächerartig nach außen. Solche Blätter nennt man schildförmig oder peltat. Je nach Alter und Bedingungen sind sie nur wenige Zentimeter oder etwa handtellergroß.

Die Blüten sitzen einzeln an langen Stielen. Sie besitzen fünf Kronblätter und auf der Rückseite einen auffälligen röhrenförmigen Sporn. Die Farben reichen von Gelb über Orange und Rot bis Cremefarben und

dunklem Weinrot. Im Inneren sieht man die Staubblätter. Nach der Blüte entwickelt sich eine kleine grüne Frucht, die später in drei runde Teilfrüchte mit Samen zerfällt. Junge Früchte sind saftig, reife trocknen aus.



Tropaeolum majus mit schildförmigen runden Blättern, langen saftigen Trieben und orangefarbenen gespornten Blüten

Kajetan Dzierżanowski (Ogrodnikk) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Tropaeolum majus als eingeschleppte, aus Gärten verwilderte Pflanze. Besonders viele Funde stammen aus San Francisco sowie den Countys San Diego, Orange und Los Angeles und weiteren Küstenabschnitten. Man findet sie in alten Gärten, an Zäunen und Wegrändern sowie auf schattigen Hängen mit mäßiger Feuchtigkeit.

In der Gegend um Sacramento kennt man Kapuzinerkresse vor allem aus Gärten. Heiße trockene Sommer verhindern hier oft, dass saftiges Grün ohne Bewässerung lange überdauert. Deshalb wäre es falsch, sie als massenhaft wild wachsendes Unkraut des Tals zu beschreiben. An der kühlen Küste erhält und vermehrt sie sich wesentlich häufiger selbst.

Die Art stammt aus Mittel- und Südamerika. Ihre Verbreitung in Kalifornien macht sie nicht heimisch. Im Naturatlas steht sie, weil einzelne verwilderte Exemplare rohe Nahrung liefern können, nicht weil sie überall vorkommen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima entstehen nach Herbst- und Winterregen neue Blätter. An geschützten Standorten können sie fast das ganze Jahr über vorhanden sein. In den heißen inneren Regionen Kaliforniens wachsen die zartesten Triebe häufig im Winter und Frühjahr. Während der Sommerhitze können die Pflanzen austrocknen.

Die Blüte wird gewöhnlich im Frühjahr stärker und setzt sich in kühlen Gebieten über den Sommer fort. Je nach Klima öffnen sich einzelne Blüten schon gegen Ende des Winters oder noch im Herbst. Knospen sind kurz vor dem Öffnen essbar; die geöffneten Blüten während der Blütezeit.

Grüne Früchte entstehen bald nach dem Abfallen der Blüten, an der kühlen Küste häufig vom späten Frühjahr bis zum Herbst. Später trocknen sie ein und zerfallen in drei Samenstücke. Ein weicher grüner Fruchtkörper und ein trockener Samen sind also unterschiedliche Entwicklungsstadien mit verschiedener Struktur und verschiedenem Geschmack.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Sie werden roh gegessen und geben einem Salat einen pfeffrigen Geschmack. Die North Carolina State University Extension nennt sie ausdrücklich als essbaren Teil von Tropaeolum majus. Zarte Blätter sind weicher als ältere und schmecken mild senfscharf. Saubere Blätter können mit den Händen zerteilt und mit anderem Grün vermischt werden.

Geöffnete Blüten. Frische Kronblätter und die ganze zarte Blüte werden ohne Zubereitung gegessen. Auch sie schmecken etwas pfeffrig. Eine Blüte darf nur von einer sicher bestimmten Pflanze genommen werden: Leuchtende Farben allein beweisen nicht, dass eine andere Zierpflanze essbar ist.

Zarte Knospen. Vor der Blüte sind sie fest, aber noch weich. Lebensmittelverzeichnisse zählen sie zu den essbaren Teilen. Sie können als kleine scharfe Ergänzung frisch gegessen werden. Einlegen in Salzlake oder Essig wird hier nicht behandelt, da es andere Bedingungen und Zubereitungsschritte erfordert.

Junge grüne Früchtchen. Sie sind klein, bestehen aus drei gerundeten Teilen und besitzen ebenfalls einen scharfen Geschmack. Ein universitärer botanischer Führer bestätigt ihre Essbarkeit. Auch ausgereifte trockene Samen werden dort als essbar erwähnt. Ohne gesonderte Bestätigung einer konkreten rohen Verwendung werden sie hier aber nicht als wichtiger Vorrat empfohlen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Kombination aus rundem Blatt mit einem Ansatz des Blattstiels nahe der Mitte, langem saftigem Trieb und großer gespornter Blüte ist für Kapuzinerkresse besonders charakteristisch. Brunnenkresse Nasturtium officinale trägt trotz des ähnlichen englischen Namens „nasturtium“ aus einzelnen Fiederblättchen zusammengesetzte Blätter, winzige weiße Blüten und wächst im Wasser. Es handelt sich um andere Pflanzenfamilien und andere Lebensräume.

Manche Zierpflanzen besitzen ebenfalls runde Blätter, aber keinen charakteristischen Blütensporn. Ein hübsches Gartenblümchen ist nicht automatisch essbar. Eine wichtige praktische Gefahr ist außerdem die Behandlung von Blumenbeeten mit Insektiziden oder anderen Mitteln. Auch richtig bestimmte Kapuzinerkresse darf nicht ohne Erlaubnis aus fremden Gärten oder unbekannt behandelten städtischen Beeten als Nahrung gesammelt werden.

QUELLEN

Calflora — Tropaeolum majus: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8167 Calflora — County-Funde: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8167 North Carolina State University Extension — Tropaeolum majus: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/tropaeolum-majus/ North Carolina State University Extension — Tropaeolum: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/tropaeolum/

Südlicher Rohrkolben — zarte helle Stängelbasen unter schmalen Sumpfblättern · Typha domingensis

Typha domingensis

An einem stillen Teich oder in einem leicht salzhaltigen Graben können hohe schmale Blätter eine dichte grüne Wand bilden. Dazwischen erhebt sich ein Stängel mit zwei länglichen Teilen des Blütenstands: oben dem helleren männlichen, unten dem braunen weiblichen Abschnitt. So wächst der Südliche Rohrkolben. Für diese Art werden saftige untere Stängelteile und Rhizome als ohne Erhitzen essbar beschrieben.



Typha domingensis mit langen schmalen Sumpfblättern und getrennten männlichen und zimtbraunen weiblichen Rohrkolben-Blütenständen

US National Park Service (individual photographer unknown) · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Rohrkolben ist ein großes ausdauerndes Kraut mit unterirdischen Rhizomen. Die langen flachen Blätter entspringen an der Basis, erreichen häufig zwei bis drei Meter Höhe und enden in schmalen scharfen Spitzen. Sie sind vergleichsweise schmal, grün und besitzen keine großen Randzähne. An der inneren Blattbasis sind mitunter orangebraune Drüsenpunkte erkennbar.

Der Blütenstängel ist gerade und hoch. Oben sitzen die männlichen Blüten, darunter der zylindrische weibliche Teil, gewöhnlich zimtbraun. Zwischen beiden ist häufig ein kurzer nackter Abschnitt der Achse sichtbar. Bei der Reife entwickelt sich der weibliche Teil zu einer dichten Masse flaumiger Samen. Botaniker unterscheiden Rohrkolbenarten anhand des Blütenstandes, der Drüsen und feiner Blütenmerkmale. Nur anhand junger Blätter im Frühjahr ist eine zuverlässige Bestimmung nicht möglich.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Typha domingensis wächst in Kalifornien an Sümpfen, in seichtem Wasser, an Gewässern und Gräben, besonders im Süden des Bundesstaates. Funde sind auch aus Sacramento, Yolo und benachbarten Countys dokumentiert. Dennoch gehört im Central Valley keineswegs jeder Rohrkolben zu dieser Art. Sie erträgt leicht salzhaltiges Wasser besser als der Breitblättrige Rohrkolben.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Beim neuen Wachstum im Frühjahr erscheinen helle junge Stängelbasen. Am zartesten sind sie gewöhnlich im Frühjahr und Frühsommer. Die Blütenstängel entwickeln sich später. Ausgewachsene Rhizome bleiben das ganze Jahr über im Boden. Ob diese Teile tatsächlich gesammelt werden können, hängt jedoch weniger vom Monat als von der Sauberkeit des Wassers ab.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Helle untere Stängelteile. Der Pflanzenführer des USDA NRCS nennt ausdrücklich die rohe Verwendung der saftigen unteren Stängel des Südlichen Rohrkolbens. Nach dem Abziehen der groben äußeren Blattscheiden verbleibt innen ein weicher weißlicher Teil. Daraus folgt nicht, dass auch die oberen grünen Blätter als Salat geeignet wären.

Rhizome. Für diese Art führt das USDA ebenfalls eine rohe Verwendung der unterirdischen Stängel an. Sie enthalten Stärke und Faserstoffe, sind aber an natürlichen Standorten oft mit Schlamm belastet. Das Ausgraben zerstört Teile der Pflanze und erfordert eine Erlaubnis des Grundstückseigentümers.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Beim Breitblättrigen Rohrkolben Typha latifolia sind die Blätter gewöhnlich breiter und die männlichen und weiblichen Blütenstandsteile berühren sich fast. Bei Typha domingensis besteht dazwischen häufiger eine Lücke, und an der Blattbasis zeigen sich braune Drüsenpunkte. Der ähnliche Schmalblättrige Rohrkolben Typha angustifolia besitzt oft dunklere weibliche Fruchtkolben. Innerhalb der Gruppe kommen Hybriden vor.

Die größte Gefahr ist hier nicht unbedingt ein giftiger Doppelgänger, sondern das Wasser. Die CDC berichtet über Infektionen mit dem Parasiten Fasciola nach dem Verzehr roher Süßwasserpflanzen. Auch Verunreinigungen durch Abwasser und Chemikalien lassen sich äußerlich nicht ausschließen. Die botanische Essbarkeit dieser Teile macht die rohe Ernte aus einem unbekannten Graben deshalb nicht sicher.

QUELLEN

- USDA NRCS, Southern Cattail Plant Guide: https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_tydo.pdf
- USGS, Typha domingensis: https://nas.er.usgs.gov/queries/FactSheet.aspx?speciesID=3020
- CDC, Liver Flukes: https://www.cdc.gov/liver-flukes/fasciola/
- Calflora, Typha domingensis: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8177

Breitblättriger Rohrkolben — junge rohe Triebe und Rhizome · Typha latifolia

Typha latifolia

An Teichen, stillen Buchten und sumpfigen Ufern Kaliforniens wachsen hohe Kräuter mit langen senkrechten Blättern. Im Sommer ragen die vertrauten braunen zylindrischen Kolben darüber hinaus. Es handelt sich um den Breitblättrigen Rohrkolben. Unterschiedliche essbare Pflanzenteile stehen zu verschiedenen Jahreszeiten zur Verfügung. Bei der Nahrung ohne Feuer geht es um helle junge Sprosse und gereinigte Rhizome. Ihre Saison und ihr Aufbau unterscheiden sich deutlich.



Typha latifolia mit breiten senkrechten Blättern und eng aneinandergrenzenden männlichen und braunen weiblichen zylindrischen Blütenständen

kallerna · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Rohrkolben ist ein ausdauerndes krautiges Gewächs, das sich durch lange unterirdische Rhizome zu dichten Kolonien ausbreitet. Stängel und Blätter werden zwei bis drei Meter hoch. Die langen flachen Blätter besitzen keine Blattstiele, wachsen fast senkrecht aus der Basis und umfassen mit ihrem unteren Teil den Stängel. Bei dieser Art sind sie breiter als bei manchen anderen Rohrkolben.

Das deutlichste Merkmal erscheint während der Blüte. Auf einem hohen Stängel entstehen zwei Teile eines Blütenstands: oben der schmalere männliche Abschnitt, der Pollen liefert, darunter der dichte weibliche Abschnitt. Anfangs können beide grünlich sein; später wird der untere zu einem dunkelbraunen zylindrischen Kolben, manchmal länger als eine Hand.

Ein junger Frühjahrstrieb sieht ganz anders aus. Aus Schlamm oder Wasser wächst ein Büschel schmaler grüner Blätter, in dessen Innerem die Basis junger Triebe hell, weich und saftig ist. Darum lässt sich

Rohrkolben anhand junger Blätter allein nur schwer sicher bestimmen. An den ausgewachsenen Blütenständen erkennt man später dagegen recht zuverlässig, wo eine Kolonie wächst.



Typha latifolia mit breiten senkrechten Blättern und eng aneinandergrenzenden männlichen und braunen weiblichen zylindrischen Blütenständen

Hans Hillewaert · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Typha latifolia ist eine weit verbreitete Rohrkolbenart Nordamerikas und anderer Weltregionen. In Kalifornien wächst sie an Süßwassergewässern, an Seeufern, Kanälen, Sümpfen und langsam fließenden Bächen, einschließlich der feuchten Bereiche des Central Valley und der Vorberge.

Bei dauerhaft vorhandenen Wasserreserven kann sie sehr zahlreich werden: Die Rhizome breiten sich aus, und aus ihnen entstehen große, dichte Gruppen von Stängeln. Trockene offene Steppen und Wüsten ohne Wasser sind völlig andere Lebensräume; dort fehlen Rohrkolbenbestände. Entscheidend ist feuchter Boden, nicht die Nähe zu Wald.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr erscheinen junge Triebe, deren helle untere Teile noch zart sind. In niedrigen Regionen Kaliforniens fällt diese Phase häufig auf März bis Mai, in kühleren höheren Lagen später.

Im späten Frühjahr und Frühsommer entwickeln sich die Blütenstände. Zu dieser Zeit erscheint im oberen männlichen Teil gelber Pollen. Nach der Blüte dunkelt der untere Kolben nach.

Rhizome bleiben während des größten Teils des Jahres unterirdisch vorhanden. Ethnobotanische Beschreibungen nennen ihre Ernte vor allem im Herbst und Winter, wenn die Pflanze nach der Wachstumszeit Vorräte unter der Erde gespeichert hat.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge helle Triebe. Man entfernt ihre äußeren grünen Blattscheiden, sodass ein weicher innerer Teil sichtbar wird, der roh gegessen werden kann. Die North Carolina State University Extension bezeichnet junge Triebe von Typha latifolia ausdrücklich als roh essbar, wenn sie in einem frühen Wachstumsstadium ungefähr 10 bis 40 Zentimeter lang sind. Nach dem Abziehen der äußeren Blätter verbleibt ein weicher heller Teil mit gurkenähnlichem Geschmack. Diese Frühlingsphase dauert nur kurz. Ein alter harter Stängel besitzt nicht die gleiche Zartheit.

Rhizome und helle untere Stängelteile. Rohrkolben besitzt dicke waagerecht verlaufende unterirdische Stängel, in denen Stärke gespeichert wird. Nach Angaben der North Carolina State University Extension können Rhizome dieser Art auch roh gegessen werden. Sie sind wesentlich fester als junge Sprosse und unterscheiden sich daher in ihrer Struktur.

In ethnobotanischen Übersichten des USDA werden unter den Bevölkerungsgruppen, die Breitblättrigen Rohrkolben als Nahrung verwendeten, unter anderem die Kawaiisu und Cahuilla Kaliforniens sowie weitere nordamerikanische Gemeinschaften genannt. Die konkreten Verwendungen unterschiedlicher Pflanzenteile waren dabei verschieden und dürfen nicht allen Gruppen gleichermaßen zugeschrieben werden.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Junge Rohrkolbenblätter lassen sich mit den Blättern der Sumpf-Schwertlilie Iris pseudacorus verwechseln. Die Schwertlilie trägt einen flachen Blattfächer und später eine auffällige gelbe Blüte, jedoch keinen typischen zylindrischen Rohrkolbenblütenstand. Schwertlilien sind giftig. Unbekannte junge Blätter dürfen deshalb niemals allein wegen einer Ähnlichkeit mit Rohrkolben gekostet werden.

Rohrkolben wächst in Wasser und Schlamm und kann Schadstoffe aus Bodensedimenten aufnehmen. Gräben entlang von Straßen, landwirtschaftliche Abflüsse, Gewässer mit unbekannter Wasserqualität und stehende belastete Bereiche sind schlechte Quellen roher Nahrung. Im Wasser können auch Krankheitserreger vorkommen, die durch bloßes Abziehen der Blattscheiden nicht beseitigt werden. Ist die Sauberkeit des Gewässers nicht bestätigt, sollte auf das Sammeln für Mahlzeiten verzichtet werden.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Typha latifolia: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/typlat
- North Carolina State University Extension, Typha latifolia: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/typha-latifolia/
- USDA NRCS, Broad-leaved Cattail Plant Guide: https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_tyla.pdf

Rasenbildende Heidelbeere — niedriger Teppich mit süßen blauen Bergbeeren · Vaccinium cespitosum

Vaccinium cespitosum

Auf hoch gelegenen feuchten Wiesen der Sierra Nevada wachsen manchmal so niedrige Heidelbeerbestände, dass sie vom Knie aus kaum wie Sträucher aussehen. Kleine ovale Blätter bilden einen dichten Teppich; im Sommer verbergen sich darunter winzige blaue Beeren. Das ist Vaccinium cespitosum, die Rasenbildende Heidelbeere, die in einigen englischsprachigen Quellen Vaccinium caespitosum geschrieben wird. Vollständig reife Früchte lassen sich ohne Feuer roh essen. Anders als bei hohen Heidelbeersträuchern muss man die Ernte hier buchstäblich in Bodennähe suchen.



Vaccinium cespitosum mit niedrigen holzigen Trieben, kleinen ovalen Blättern und blauschwarzen bereiften reifen Beeren auf Bergwiesen

Dcrjsr · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die sehr niedrige laubabwerfende Zwergstrauchart wird häufig nur wenige Zentimeter hoch. Zahlreiche dünne verholzte Zweige gehen von einer gemeinsamen Basis aus. Junge Triebe sind grünlich und relativ weich; ältere Zweige sind braun und liegen mitunter am Boden. Die wechselständigen Blätter sind klein, oval oder verkehrt eiförmig, oft mit feinen Zähnchen am Rand, bei manchen Populationen fast ganzrandig.

Im Frühjahr erscheinen in den Blattachseln kleine rosafarbene oder weißliche hängende Blüten mit kurzen krugförmigen Kronen. Nach der Bestäubung wachsen zunächst grünliche runde Beeren, die allmählich blauschwarz werden und einen feinen Wachsüberzug bekommen. An ihrer Spitze bleibt eine kleine Kelchspur sichtbar; im Inneren liegen viele winzige Samen. Im Herbst färbt sich das Laub rot oder gelb und fällt ab. Niedriger Wuchs, kleine Blätter und echte Heidelbeerfrüchte bilden zusammen die wichtigsten Bestimmungsmerkmale.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora verwendet die Schreibweise Vaccinium cespitosum und dokumentiert einige Hundert kalifornische Fundmeldungen. Die Art ist in den Hochgebirgsgesellschaften der Sierra Nevada heimisch. Sie bevorzugt feuchte Wiesen, Bachränder, subalpine Wälder und offene kalte Hänge. Sie braucht ausreichend feuchten, sauren Boden; auf trockenen Sommer-Rasenflächen Sacramentos sollte man diese wilde Heidelbeere nicht erwarten.



Vaccinium cespitosum mit niedrigen holzigen Trieben, kleinen ovalen Blättern und blauschwarzen bereiften reifen Beeren auf Bergwiesen

Dave Powell, USDA Forest Service, Bugwood.org · Public domain · Wikimedia Commons

An günstigen Kleinstandorten können die niedrigen Teppiche recht große Flächen bedecken. Weil die Pflanzen winzig sind, bleibt die Ernte pro Quadratmeter jedoch häufig gering. In manchen Gebirgsregionen darf man die Wege nicht verlassen, da die kleinen rasenbildenden Pflanzen leicht zertreten werden.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter treiben nach der Schneeschmelze aus, sobald der Boden aufgetaut ist, aber noch Feuchtigkeit enthält. Die kleinen krugförmigen Blüten öffnen sich im späten Frühjahr und Frühsommer, im Hochgebirge später. Grüne Beeren reifen über mehrere Wochen heran und werden blauschwarz. In der Sierra Nevada ist die Reifezeit am ehesten zwischen Juli und September zu erwarten, mit erheblichen Unterschieden nach Höhenlage und Jahr. An spät schneefreien Standorten ist der August häufig wichtiger als der Juni.

Bis zum Herbst verfärben sich die Blätter und fallen allmählich ab. Kleine grüne Beeren sind noch keine reife Ernte.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife dunkle Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr unter dem Synonym Vaccinium caespitosum, das der bei Calflora verwendeten Schreibweise Vaccinium cespitosum entspricht. Die kleinen Früchte schmecken gewöhnlich süßlich mit leichter Säure und sind oft besonders aromatisch. Man kann sie frisch mitsamt den winzigen Samen essen oder zu einem kalten Beerenpüree zerdrücken. Reife Beeren sind weich, dunkel und oft blau bereift; grüne harte Früchte sind nicht dasselbe Nahrungsmittel.

Aufbewahrung. Zarte Beeren werden schnell zerdrückt und verderben ohne Kühlung. Sofern saubere trockene Luft und geeignete Bedingungen vorhanden sind, können sie natürlich getrocknet werden; die Früchte müssen dabei ganz durchtrocknen und frei von Schimmel bleiben. Im feuchten Gebirgsklima ist das schwierig. Für die praktische Ernährung ist eine kleine frische Portion am Erntetag zuverlässiger.

Blätter, Wurzeln und Blüten sind nicht Teil der hier bestätigten Rohkost. Manche Nachschlagewerke erwähnen Vaccinium-Blätter in aufgebrühten Getränken. Das ist kein Grund, sie roh als Salatgrün zu betrachten.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Vaccinium membranaceum, eine ebenfalls beschriebene Heidelbeerart, wächst wesentlich höher und trägt größere Blätter. Vaccinium ovatum bleibt ganzjährig grün und ist stärker mit der Küste verbunden. Vaccinium cespitosum bildet dagegen in feuchten Bergwiesen einen fast kriechenden niedrigen Teppich.

Bei verwandten Vaccinium-Arten können ähnliche blaue Beeren vorkommen. Deshalb betrachtet man nicht nur die Frucht, sondern auch Strauchhöhe, Blätter und Blüten. Auf Bergwiesen wachsen zudem Pflanzen anderer Gattungen mit nicht essbaren dunklen Früchten. Eine Beere vor der Bestimmung zu kosten ist unzulässig. Das Zertreten kleiner Heidelbeerteppiche kann außerdem die Ernte künftiger Jahre zerstören.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8194
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Vaccinium+caespitosum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Vaccinium_cespitosum

Dünnblättrige Heidelbeere — Waldstrauch mit fast schwarzen Sommerbeeren · Vaccinium membranaceum

Vaccinium membranaceum

An einer sonnigen Lichtung in den nördlichen Nadelwäldern Kaliforniens wächst manchmal ein Strauch mit dünnen grünen Blättern und kleinen blauschwarzen Beeren. Gegen Ende des Sommers sammeln Vögel, Bären und andere Waldbewohner seine Früchte. Das ist Vaccinium membranaceum, die Dünnblättrige Heidelbeere, eine der geschätzten Bergbeeren des pazifischen Nordwestens. Ihre reifen Früchte lassen sich roh essen und als Vorrat natürlich trocknen. Im Sacramento Valley ist sie kein gewöhnliches Unkraut; natürliche Vorkommen liegen viel weiter nördlich und in höheren Gebirgen.



Vaccinium membranaceum mit dünnen gezähnten sommergrünen Blättern und dunklen purpurschwarzen Beeren mit Kelchkrönchen

julie (Flickr, Idaho USA) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Dünnblättrige Heidelbeere ist ein laubabwerfender Strauch mit dünnen Zweigen und wird teilweise einen bis anderthalb Meter hoch. Junge Triebe sind grün und etwas kantig, ältere bräunlich. Die wechselständigen Blätter sind dünn, eiförmig oder elliptisch, am Rand fein gezähnt und im Frühjahr oft hellgrün. Anders als bei der immergrünen Vaccinium ovatum sind sie nicht dick oder ledrig.

Kleine hängende grünlich-rosa Blüten besitzen eine krug- oder glockenförmige Krone und stehen gewöhnlich einzeln in Blattachseln. Später entsteht eine runde saftige Beere. An ihrer Spitze ist ein kleiner fünfzackiger Kelchrest zu sehen, wie er für Heidelbeeren typisch ist. Reife Früchte sind meist dunkelpurpurn, manchmal fast schwarz, mit einem Wachsüberzug. Innen befinden sich zahlreiche kleine Samen und kein einzelner großer Stein. Im Herbst werden die Blätter gelb oder rot und fallen ab.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt Vaccinium membranaceum als heimische kalifornische Art. Die Fundmeldungen stammen jedoch vor allem aus nördlichen Berg-Countys: Siskiyou, Plumas, Del Norte, Humboldt, Trinity, Sierra und Shasta. Besonders charakteristisch sind Waldlichtungen, Hänge und Schneisen in feuchten nördlichen Nadelwäldern, stellenweise auch nach Bränden.



Vaccinium membranaceum mit dünnen gezähnten sommergrünen Blättern und dunklen purpurschwarzen Beeren mit Kelchkrönchen

julie (Flickr, Idaho) · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Aus Placer County existieren einzelne Nachweise, was aber keine großen Bestände in der Stadt Sacramento bedeutet. Die Sträucher bevorzugen saure Erde und genügend Feuchtigkeit im Frühjahr, können während der Saison jedoch trockenere Bedingungen aushalten. In geeigneten Gegenden kann ein gutes Beerenjahr einen nennenswerten Ertrag bringen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit dem Beginn des Gebirgsfrühlings nach der Schneeschmelze entfalten sich die dünnen Blätter. Die kleinen Blüten erscheinen im späten Frühjahr und Frühsommer, in höheren Lagen manchmal später. Grüne Beeren werden allmählich größer und dunkler. In Nordkalifornien reifen sie am häufigsten von Juli bis September; kühle hohe Hänge hinken tieferen Standorten hinterher.

Eine rötliche oder dunkle, aber noch feste Beere ist nicht unbedingt vollständig reif. Im Herbst verfärben sich die Blätter und fallen ab; reife Früchte werden rasch von Vögeln gefressen. Ein getrockneter Vorrat kann außerhalb der Saison verwendet werden, doch der Strauch trägt im Winter keine frischen Beeren.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife dunkle Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Vaccinium membranaceum. Sie sind saftig, süß mit spürbarer Säure und besitzen häufig ein kräftiges Waldbeerenaroma. Man kann sie frisch essen oder zu einer kalten Fruchtmasse zerdrücken. Die kleinen Samen im reifen Fruchtfleisch müssen nicht entfernt werden.

Ohne Feuer getrocknete Beeren. Die artspezifische Quelle berichtet, dass indigene Völker des Nordwestens ihre Ernte für den Winter trockneten. Damit der Vorrat haltbar bleibt, müssen die Beeren reif, sauber und vollständig trocken sowie frei von Schimmel sein. Kühle feuchte Witterung erschwert das Trocknen an der Luft häufig.

Blätter, Blüten, Stängel und Wurzeln dienen hier nur zur Bestimmung. Heiße Aufgüsse aus einigen Vaccinium-Arten bedeuten nicht, dass rohe Heidelbeerblätter bedenkenlos als Salatgrün gegessen werden können.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Vaccinium ovatum, die immergrüne Heidelbeere der kalifornischen Küste, hat feste glänzende Blätter, die auch im Winter erhalten bleiben. Vaccinium parvifolium trägt gewöhnlich rote Beeren und besitzt einen anderen Blatt- und Zweigbau. Manche immergrünen Ziersträucher haben dunkle Früchte, die man allein wegen ihrer Farbe nicht für Heidelbeeren halten darf.

Die Dünnblättrige Heidelbeere erkennt man an einem laubabwerfenden Strauch mit dünnen fein gezähnten Blättern, krugförmigen Blüten und dunklen Beeren mit einem kleinen Kelchrest. In geschützten Wäldern können Sammelbeschränkungen gelten. In Jahren mit magerer Ernte ist es sinnvoll, einen Teil der Beeren für wilde Tiere zurückzulassen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8199
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8199
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Vaccinium+membranaceum

Ovalblättrige Heidelbeere — blaue Waldbeeren des kühlen Nordens · Vaccinium ovalifolium

Vaccinium ovalifolium

In kühlen nördlichen Nadelwäldern kann ein niedriger Strauch kleine eiförmige Blätter und einzelne bläuliche Beeren tragen. Vollständig reife Früchte sind weich, leicht wachsbereift und angenehm süßsäuerlich. Es handelt sich um Vaccinium ovalifolium, die Ovalblättrige Heidelbeere. Sie ist nördlich von Kalifornien weitverbreitet, erreicht im Süden ihres natürlichen Areals aber noch den Bundesstaat. Reife Beeren lassen sich frisch essen.



Vaccinium ovalifolium mit wechselständigen ovalen Blättern, kleinen rosaweißen krugförmigen Blüten und blauschwarzen bereiften Beeren

Kristof Zyskowski & Yulia Bereshpolova · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der laubabwerfende Strauch wird ungefähr einen halben bis ein oder zwei Meter hoch, unter günstigen Bedingungen manchmal mehr. Junge Stängel sind dünn, verzweigt und anfangs grünlich, bevor sie braun werden. Die wechselständigen Blätter sind oval bis breit eiförmig, mit glattem oder sehr fein gezähntem Rand und spitzer Spitze; ihre Blattstiele sind kurz.

Im Frühjahr erscheinen in Blattachseln kleine rosaweiße Blüten mit einer krugförmigen Krone und schmaler Öffnung. Die runden Beeren sind gewöhnlich ungefähr einen Zentimeter groß, blauschwarz und oft durch eine Wachsschicht hell bereift. An der Spitze ist ein kleiner Kelchrest sichtbar. Ihr Fruchtfleisch ist saftig und enthält viele kleine Samen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Der USDA Forest Service zählt Kalifornien zum natürlichen Verbreitungsgebiet von Vaccinium ovalifolium, betont aber die allgemeine Bindung dieser Art an kühle feuchte Wälder des Nordwestens. Sie ist keine gewöhnliche Heidelbeere im Sacramento Valley und wächst nicht typischerweise auf trockenen südlichen Hängen.



Vaccinium ovalifolium mit wechselständigen ovalen Blättern, kleinen rosaweißen krugförmigen Blüten und blauschwarzen bereiften Beeren

Alpsdake · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Nach ihr sollte man nur in kühlen nördlichen Nadelwaldgesellschaften am südlichen Arealrand suchen, wo saure Böden und ausreichende Feuchtigkeit vorhanden sind. Aus einer allgemeinen Karte mit Bundesstaaten lässt sich nicht ableiten, dass die Art an einem konkreten Standort vorkommt. Dazu braucht es botanische Nachweise.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Eine genaue, für Kalifornien belegte Reifezeit ist in den zugrunde liegenden Angaben nicht genannt. Deshalb wird hier kein bestimmter Erntemonat behauptet. Für den Verzehr kommen nur vollständig ausgereifte, weiche, blauschwarze Beeren infrage; die bloße Anwesenheit grüner oder fester Früchte bedeutet nicht, dass die Ernte reif ist.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich den Rohverzehr der Früchte von Vaccinium ovalifolium und beschreibt einen angenehm süßen Geschmack mit leichter Säure. Reife Beeren können frisch gegessen oder zur längeren Aufbewahrung natürlich getrocknet werden. Beim Trocknen wird ihr Aroma konzentrierter und kann an Rosinen erinnern. Die Früchte sind verhältnismäßig klein, der Strauch kann in geeigneten nördlichen Gebieten aber eine merkliche Ernte liefern.

Blätter, Blüten und Wurzeln gehören nicht zur bestätigten rohen Nahrung dieser Art.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Vaccinium membranaceum hat dünnere Blätter mit deutlicher feiner Bezahnung und wächst häufig zu höheren Sträuchern heran. Vaccinium parvifolium trägt normalerweise rote reife Früchte, während die Ovalblättrige Heidelbeere bei Reife blauschwarz ist. Vaccinium uliginosum bewohnt feuchte Hochgebirgswiesen, kann dieser Art aber äußerlich ähneln. Bei manchen nördlichen Heidelbeeren kommen Hybriden vor. Eine einzelne Beere reicht deshalb nicht zur sicheren Bestimmung: Man vergleicht Blätter, Blüten, Strauchhöhe und Lebensraum.

QUELLEN

- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vacovl
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Vaccinium+ovalifolium
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Vaccinium_ovalifolium

Immergrüne Kalifornische Heidelbeere — dunkle Früchte zwischen glänzenden Blättern · Vaccinium ovatum

Vaccinium ovatum

Die immergrüne kalifornische Heidelbeere verliert ihr Laub im Winter nicht. Während der feuchten Jahreszeit bleibt der Strauch dunkelgrün. Im Frühjahr zeigen die jungen Zweigspitzen einen rötlichen Austrieb und anschließend kleine rosa Glöckchen. Gegen Herbst reifen zwischen den festen glänzenden Blättern dunkle essbare Beeren.



Vaccinium ovatum mit glänzenden ledrigen kleinen immergrünen Blättern, rosafarbenen krugförmigen Blüten und dunklen reifen Beeren

Ben Cody · Public domain (PD-self) · Wikimedia Commons

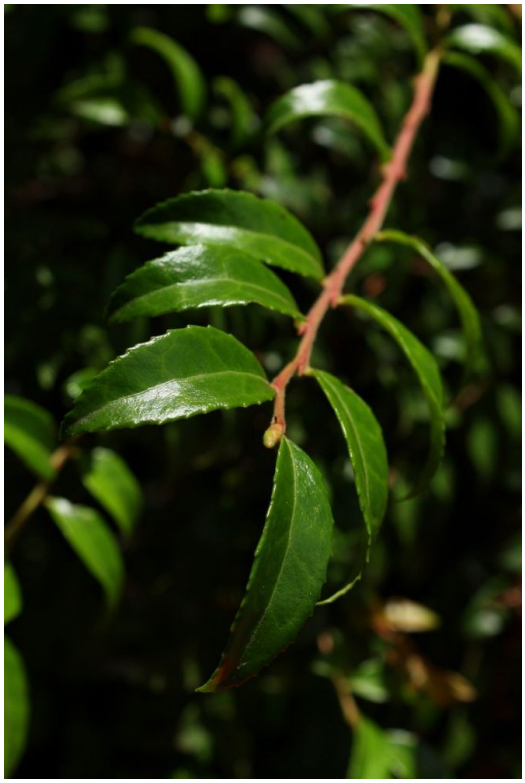
SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es handelt sich um einen vielverzweigten immergrünen Strauch, der je nach Standort einen halben bis mehrere Meter hoch wird. Die Zweige sind häufig rotbraun. Die kleinen ovalen Blätter sind ledrig, auf der Oberseite glänzend dunkelgrün und unterseits deutlich heller. Am Rand zeigen sie oft winzige Zähnchen. Junge Blätter können rötlich gefärbt sein.

Die Blüten gleichen kleinen Krügen: Sie sind weiß oder blassrosa und hängen in Gruppen aus den Blattachseln. Die kleinen runden Beeren sind zunächst rötlich und färben sich bei der Reife dunkelviolett oder beinahe schwarz. Sie glänzen gewöhnlich und stehen in kleinen Gruppen nahe an den Zweigen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Diese Art ist an der Pazifikküste von Kalifornien bis British Columbia heimisch. In Kalifornien wächst sie besonders charakteristisch in feuchten Küstenwäldern, im Unterwuchs von Redwood- und gemischten Nadelwäldern, unter Eichen und auf beschatteten Hängen der Küstengebirge. Calflora dokumentiert viele Funde aus Mendocino, Marin, Santa Cruz, San Mateo, Humboldt und weiteren küstennahen Countys.



Vaccinium ovatum mit glänzenden ledrigen kleinen immergrünen Blättern, rosafarbenen krugförmigen Blüten und dunklen reifen Beeren

Leslie Seaton · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

In günstiger feuchter Umgebung bildet die Pflanze dichte Bestände. In den heißen niedrigen Bereichen des Sacramento Valley, auf offenen trockenen Feldern und in Wüsten ist sie hingegen kein gewöhnlicher, massenhaft vorkommender Beerenstrauch.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter bleiben das ganze Jahr am Strauch. Das erleichtert die Bestimmung sogar im Winter, bedeutet aber nicht, dass sie ganzjährig menschliche Nahrung liefern.

Die Blütezeit fällt in Kalifornien überwiegend auf das Frühjahr, ungefähr März bis Mai, gelegentlich länger. Die Beeren reifen gewöhnlich von Juli bis Oktober. An kühlen Küstenstandorten bleiben einige Früchte später am Zweig. Höhenlage und Wetter beeinflussen die genauen Reifezeiten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Beeren. Die frischen dunklen Früchte werden ohne Zubereitung gegessen. Nach Angaben des USDA Forest Service fällt die Reifezeit in Kalifornien meist auf Juli bis Oktober; diese Daten dürfen nicht unverändert auf alle feuchten Regionen übertragen werden. Der Geschmack ist süß, manchmal etwas mehlig und eigenartig. Man kann die Früchte zerdrücken oder zerreiben und einen Teil der Ernte nach natürlicher Trocknung aufbewahren. Im Überblick des USDA Forest Service finden sich historische Belege für den Verzehr dieser kalifornischen Heidelbeere bei indigenen Gemeinschaften der Pazifikküste; auch Veröffentlichungen der Karuk erwähnen diese Art.

Getrocknete Früchte wurden nach dem Sommer als Vorrat aufbewahrt. So stehen Beeren auch später zur Verfügung. Der Strauch trägt dadurch aber nicht das ganze Jahr hindurch neue Früchte.

Frische Blätter, Blüten und Triebe werden hier nicht als rohe Nahrung empfohlen. Die für diesen Artikel herangezogenen botanischen und historischen Beschreibungen belegen die Essbarkeit der Beeren. Der

Strauch ist immergrün, seine essbaren Früchte sind jedoch saisonal verfügbar. Dunkles Winterlaub bedeutet nicht, dass reife Beeren vorhanden sind.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Bei der verwandten Roten Heidelbeere Vaccinium parvifolium sind reife Früchte rot, die Zweige deutlich grüner und die Blätter dünner; im Winter fällt der größte Teil des Laubs ab. Salal Gaultheria shallon trägt viel größere, breitere und gröbere Blätter und andere Fruchtstände. Die Essbarkeit eines unbekannten Strauchs darf nicht allein daraus abgeleitet werden, dass er schwarze Beeren trägt. Man prüft Blätter, Blüten und Verzweigung gemeinsam.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Vaccinium ovatum: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vacova
- Calflora, Vaccinium ovatum: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8200
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries: https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf
- Oregon State University, Vaccinium ovatum: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/vaccinium-ovatum

Rote Heidelbeere — scharlachrote Beeren an dünnen grünen Zweigen · Vaccinium parvifolium

Vaccinium parvifolium

In feuchten Nadelwäldern Nordkaliforniens, auch auf verrottenden Stümpfen und alten umgestürzten Stämmen, wächst ein Strauch mit dünnen leuchtend grünen Zweigen. Der USDA Forest Service betont seine Verbindung mit feuchten Wäldern. Seine Früchte ähneln kleinen roten Perlen: Sie bleiben selbst dann rot, wenn sie vollständig reif sind. Das ist Vaccinium parvifolium, die Rote Heidelbeere, eine heimische Art feuchter Nadelwälder.



Vaccinium parvifolium mit dünnen leuchtend grünen Zweigen, kleinen ovalen Blättern und einzelnen durchscheinend roten reifen Beeren

Meggar (original English Wikipedia uploader) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Der Strauch wird gewöhnlich ein bis mehrere Meter hoch. Er bildet zahlreiche dünne Zweige von charakteristisch leuchtend grüner Farbe. Selbst wenn das Laub abgefallen ist, sind die grünen Triebe zwischen der Waldstreu gut sichtbar. Die Blätter sind klein, oval, wechselständig, weich und dünn; ihre Ränder sind gewöhnlich glatt und nicht deutlich gezähnt. In den kühlen Monaten fällt das Laub zum großen Teil ab, obwohl in milden Gegenden einzelne Blätter erhalten bleiben können.

Die kleinen krugförmigen Blüten besitzen blassrosa oder grünliche Farbtöne. Sie hängen an kurzen Stielen aus den Blattachseln. Die runden Früchte sind etwa erbsengroß oder etwas größer, zunächst grün und später rosa. Vollständig reif werden sie durchscheinend scharlachrot. An dünnen Zweigen hängen sie häufig einzeln.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Die Rote Heidelbeere wächst in den Nadelwäldern der Pazifikküste, von Nordkalifornien über Oregon und Washington bis nach Kanada. In Kalifornien findet man sie vor allem in feuchten nördlichen Küsten- und Gebirgswäldern, bei moosigen Baumstümpfen, Totholz und unter dem Dach der Nadelbäume. Auf Böden mit reichlich verrottetem Holz können sich kleinere Strauchgruppen bilden.



Vaccinium parvifolium mit dünnen leuchtend grünen Zweigen, kleinen ovalen Blättern und einzelnen durchscheinend roten reifen Beeren

Leslie Seaton · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

Es handelt sich um eine charakteristische heimische Art geeigneter feuchter Wälder, aber nicht um eine typische Beere auf offenen trockenen Feldern des Sacramento Valley oder einen Strauch, der ausnahmslos in ganz Kalifornien wächst.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Neue Blätter treiben im Frühjahr aus. Blüten erscheinen meist von April bis Juni; viele botanische Beobachtungen in Kalifornien betreffen die Blüte im Mai und Juni.

Die Früchte werden im Laufe des Sommers rot und reif. Für die nördliche Pazifikküste gelten Juli bis September, besonders August und September, als ungefähre Orientierung. Einzelne kalifornische Standorte können wegen ihrer Höhenlage und Temperatur abweichen. Im Winter wird man den Strauch gewöhnlich ohne Früchte finden; seine grünen Zweige bleiben auch ohne Laub erhalten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife rote Beeren. Sie werden frisch gegessen, sobald die Früchte weich und gleichmäßig rot gefärbt sind. Sie schmecken meistens säuerlich und nicht so süß wie manche dunklen Heidelbeeren. Es gibt Belege für den Frischverzehr von Vaccinium parvifolium bei indigenen Völkern des pazifischen Nordwestens. Auch die kalifornische Karuk-Broschüre „Uxraah“ stellt sie als Beerenpflanze vor.

Getrocknete Beeren. Eine ethnobotanische Übersicht des USDA erwähnt für indigene Gemeinschaften des Nordwestens frische und konservierte Früchte. Natürliche Trocknung ermöglichte die Vorratshaltung über die Saison hinaus. Dies darf nicht mit warm zubereiteten Beerengerichten verwechselt werden. Hier geht es ausschließlich um Nahrung ohne Erhitzen.

In diesem Artikel wird kein menschlicher Rohverzehr grüner Zweige, der Rinde oder der Blätter behauptet. Sie helfen, die Art zu erkennen; der bestätigte essbare Teil ist die Frucht.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die immergrüne Vaccinium ovatum behält ihr festes glänzendes Laub das ganze Jahr und trägt fast schwarze reife Früchte. Bei der Roten Heidelbeere bleiben die Zweige gewöhnlich grün, die Blätter sind klein und dünn, und die reifen Beeren sind rot. Ähnlich gefärbte rote Früchte anderer Waldsträucher erlauben allein keine sichere Artbestimmung. Man braucht Blätter, Blütenform und grüne Stängel gemeinsam.

Die grünen kantigen Triebe sieht man auch, nachdem der Großteil der Blätter gefallen ist. Junge Sträucher können jedoch einen Teil ihres Laubs im Winter behalten. Der USDA Forest Service weist ausdrücklich darauf hin, dass die Blätter junger Pflanzen manchmal immergrün sind, während die ausgewachsener Sträucher gewöhnlich abfallen. „Rote Heidelbeere ist im Winter immer völlig blattlos“ wäre daher keine verlässliche Bestimmungsregel.

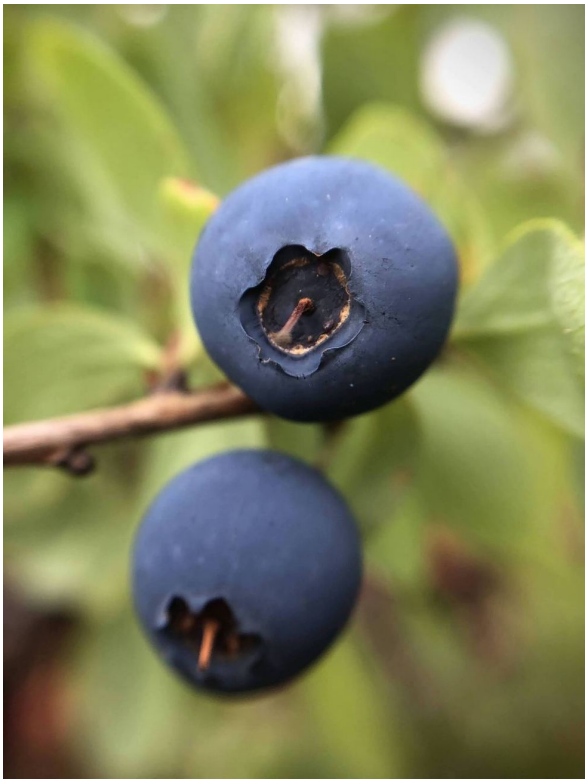
QUELLEN

- USDA Forest Service, Vaccinium parvifolium: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vacpar
- Calflora, Vaccinium parvifolium: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8201
- Portland State University, Red Huckleberry: https://gardenecology.pdx.edu/plants/vaccinium-parvifolium-red-huckleberry/index.html
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries: https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf

Rauschbeere — blaugraue Früchte kühler Bergwiesen · Vaccinium uliginosum

Vaccinium uliginosum

Auf nassen Hochgebirgswiesen und an kalten Bächen der Sierra Nevada wächst manchmal ein niedriger Strauch mit bläulich-blauen Früchten. Seine Blätter sind klein und glatt, die Blüten erinnern an weiße Krüge, und reife Beeren besitzen einen feinen blaugrauen Wachsüberzug. Das ist die Rauschbeere Vaccinium uliginosum, ein in Kalifornien heimischer Vertreter der Gattung Vaccinium. Ihr natürlicher Lebensraum unterscheidet sich völlig von dem kultivierter Heidelbeeren in warmen Tälern.



Vaccinium uliginosum als niedriger laubabwerfender Strauch mit kleinen ganzrandigen Blättern und rundlichen blau bereiften Beeren

Wkee4ager · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es handelt sich um einen niedrigen laubabwerfenden Strauch, gewöhnlich 20 bis 60 Zentimeter hoch, der sich an der Basis stark verzweigt. Junge Zweige sind dünn und tragen kleine wechselständige, elliptische oder verkehrt eiförmige Blätter ohne auffällige Randzähne. Die Blattoberseite ist dunkler, die Unterseite heller und zeigt erkennbare Adern.

Kleine weiße oder rosa Blüten hängen einzeln oder zu wenigen aus den Blattachseln. Ihre Krone ist krugförmig mit einer kleinen Öffnung. Die Frucht ist rund und unter ihrem bläulichen Wachsüberzug blauschwarz. An der Spitze ist eine kleine Kelchkrone sichtbar.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora führt die Art als in Kalifornien heimisch und mit feuchten Lebensräumen verbunden. Besonders typisch sind Bergwiesen, sumpfige Seeufer, feuchte Senken und Bachnähe in den Höhenstufen der Sierra Nevada. Calflora unterscheidet die heimische westliche Unterart V. uliginosum subsp. occidentale. Merkmale aller weltweiten Populationen dürfen deshalb nicht ungeprüft auf jeden gefundenen Strauch übertragen werden. In der Natur des Sacramento Valley wächst Rauschbeere gewöhnlich nicht.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Der Schnee schmilzt im Gebirge zu unterschiedlichen Zeiten. Blattentwicklung und Blüte finden deshalb häufig erst im späten Frühjahr oder frühen Sommer statt. Die Beeren reifen überwiegend in der zweiten Sommerhälfte, ungefähr zwischen Juli und September, auf hohen Wiesen später. Reife Beeren sind weich und gleichmäßig blau; grüne oder rötliche Früchte sind noch nicht reif.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Rohe reife Beeren. Der USDA Forest Service nennt in einem Führer über Beerensträucher des Nordwestens ausdrücklich für Vaccinium uliginosum, dass die Früchte roh oder nach Zubereitung gegessen werden. Im Gelände sammelt man nur weiche blaue Beeren mit unbeschädigter Haut. Sie sind saftig, mäßig süß bis säuerlich und enthalten kleine Samen. Ein Teil der Ernte kann ohne Erhitzen getrocknet werden, doch Früchte aus feuchten Lebensräumen verschimmeln bei der Lagerung sehr schnell. Blätter und Wurzeln werden hier nicht als Nahrung ohne Feuer behandelt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Von Vaccinium cespitosum unterscheidet sich die Rauschbeere in Höhe und Blattbau, doch beide können auf derselben Bergwiese wachsen. Vaccinium membranaceum bildet gewöhnlich höhere Sträucher und hat häufig fein gezähnte Blattränder; Farbe und Größe der Beeren variieren jedoch erheblich. Ähnliche dunkle Früchte anderer Gattungen besitzen nicht die vollständige Kombination aus krugförmiger Blüte und charakteristischer Kelchkrone der Heidelbeere. Man muss die ganze Pflanze bestimmen, nicht nur eine einzelne blaue Kugel.

QUELLEN

- Calflora — Vaccinium uliginosum: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8444
- Calflora — subsp. occidentale: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8203
- USDA Forest Service — Bog Blueberry: https://www.fs.usda.gov/pnw/pubs/journals/pnw_1985_robuck001.pdf

Langsporniges Veilchen — zartes Frühlingsgrün und violette Blüten · Viola adunca

Viola adunca

Im Frühjahr kann man auf einer kühlen Wiese oder an einem kalifornischen Waldrand ein kleines Pflänzchen mit herzförmigen Blättern und violetten Blüten entdecken. In der Mitte jeder Blüte fallen dunkle Adern auf; auf der Rückseite verbirgt sich ein kurzer gekrümmter Sporn. Es ist Viola adunca, eine heimische Wildveilchenart des amerikanischen Westens. Junge Blätter und Blütenknospen sind als Nahrung ohne Feuer beschrieben. Die Pflanze ist allerdings klein: Für wenige Blätter sollte kein seltener lokaler Bestand zerstört werden.



Viola adunca mit kleinen herzförmigen fein gezähnten Blättern und violetten fünfzähligen Blüten mit kurzem gebogenem Sporn

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Dieses niedrige ausdauernde Kraut bildet mehrere weiche Stängel und wird gewöhnlich nur fünf bis fünfzehn Zentimeter hoch. Die wechselständigen Blätter sind herzförmig oder rundlich-eiförmig, am Rand fein gezähnt und lang gestielt. Im Frühjahr sind sie zart und leicht behaart; später werden sie fester.

Einzelne Blüten sitzen auf dünnen Blütenstielen. Jede hat fünf Kronblätter. Die beiden oberen weisen oft etwas nach oben, die seitlichen nach außen; das breite untere trägt dunkle Linien, die Insekten in die Blütenmitte leiten. Dahinter ragt ein kurzer, häufig leicht gekrümmter Sporn hervor. Die Blütenfarbe reicht von Bläulichviolett bis zu tiefem Purpur und kann am Grund heller sein. Nach der Blüte entwickelt sich eine kleine Kapsel, die sich öffnet und Samen verstreut. Sehr junge Blätter ohne Blüten reichen nicht immer aus, um diese Art von anderen Veilchen zu unterscheiden.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Viola adunca als heimische Pflanze Kaliforniens mit mehr als 1.500 dokumentierten Beobachtungen. Sie wächst in lichten Wäldern, auf grasigen Hängen, in kühlen Küstengesellschaften und auf Bergwiesen. Die Art umfasst mehrere morphologische Formen; größere geografische Unterschiede sind botanisch bekannt.



Viola adunca mit kleinen herzförmigen fein gezähnten Blättern und violetten fünfzähligen Blüten mit kurzem gebogenem Sporn

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

Im Raum Sacramento ist sie eher bei Ausflügen in die Vorberge oder an die Küste zu finden als als häufiges Stadtgrün. Auf offenen trockenen Flächen ohne winterliche Feuchtigkeit wird sie rasch unauffällig. Mancherorts ist das Veilchen eine wichtige Futterpflanze für heimische Schmetterlinge. Eine ganze Rosette auszureißen ist deshalb besonders unangemessen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Nach dem feuchten Winter oder der Schneeschmelze erscheinen zarte neue Blätter. An tiefer gelegenen Küstenstandorten kann die Blüte bereits im März beginnen, an höheren kühlen Hängen bis in den Juni reichen. Ein artspezifischer Führer für gemäßigte Gebiete nennt das Frühjahr als Blütezeit; innerhalb Kaliforniens hängen die genauen Termine von Höhenlage und Niederschlag ab.

Die Knospen stehen unmittelbar vor der Öffnung der Kronblätter zur Verfügung, die jungen Blätter zu Beginn des aktiven Wachstums. Auf austrocknenden Hängen endet die Blüte im Sommer, und die Blätter können härter werden. An feuchten schattigen Orten bleibt das Grün länger erhalten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich, dass sie roh gegessen werden. Sie sind weich und schmecken mild nach frischem Grün. Einige lassen sich klein schneiden und mit anderen kalten Blättern vermischen. Ihr frisches Gewebe ist mitunter etwas schleimig, wie bei manchen anderen Veilchen. Die wenigen Blätter eines einzelnen Pflänzchens bieten keine große Nahrungsmenge; aus geschützten Beständen sollte nicht gesammelt werden.

Blütenknospen. Die artspezifische Quelle nennt auch ihren Rohverzehr. Eine zarte Knospe kann in kleiner Menge das Grün ergänzen. Um den Bestand zu erhalten, sollte man keinesfalls den größten Teil der Knospen abpflücken. Für vollständig geöffnete Blüten ist dieselbe rohe Verwendung in der ausgewählten

artspezifischen Quelle nicht ebenso eindeutig belegt; deshalb beschränkt sich diese Beschreibung bewusst auf die Knospen.

Wurzeln, reife Kapseln und Samen gehören nicht zur Nahrungsliste. Auch an mit Pestiziden behandelten oder verunreinigten Orten wird nicht gesammelt.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Viola glabella trägt gelbe Blüten und wächst eher an feuchten Waldstandorten. Viola pedunculata bildet häufig große gelbe Blüten auf offenen Frühlingshängen. Von anderen violett blühenden Veilchen unterscheidet man Viola adunca anhand des Sporns, der Kronblattform, des Blattrandes und des lokalen Vorkommens.

Gartenhybriden können sehr ähnlich aussehen, müssen aber nicht dieselbe dokumentierte Nahrungsgeschichte besitzen. Ein violetter Blütenfarbton allein ist kein Bestimmungsmerkmal: Andere Blütenpflanzen besitzen ebenfalls fünf Kronblätter, aber anders gebaute Fruchtknoten und Blätter. Ist die Art unklar, lässt man die kleine Rosette stehen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8281
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Viola+adunca
- https://www.calfloranursery.com/plants/viola-adunca/

Gelbes Waldveilchen — gelbe Blüten in feuchten Waldtälern · Viola glabella

Viola glabella

In kühlen, feuchten Teilen kalifornischer Wälder, wo der Boden nach Frühlingsregen weich bleibt, blühen manchmal niedrige gelbe Veilchen. Ihre Blüten wirken wie kleine helle Lichter über breiten herzförmigen Blättern. Es ist Viola glabella, das Gelbe Waldveilchen, eine heimische ausdauernde Pflanze Nordamerikas. Zarte junge Blätter und Blütenknospen sind als Nahrung ohne Erhitzen beschrieben. Gerade bei diesem gelb blühenden Veilchen warnt eine artspezifische Quelle jedoch davor, viele Blüten zu essen, da dies Durchfall auslösen kann.



Viola glabella mit herzförmigen fein gezähnten Blättern und gelben fünfzähligen Blüten mit feinen dunklen Adern

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Viola glabella ist ein kleines ausdauerndes Kraut, meist zehn bis zwanzig Zentimeter hoch, mit einer mehrjährigen unterirdischen Basis und weichen oberirdischen Stängeln. Die rundlich-herzförmigen Blätter laufen in eine spitze oder leicht verlängerte Spitze aus. Ihre Ränder sind fein gezähnt, und vom Blattgrund gehen deutlich sichtbare Adern aus. Die Blätter stehen wechselständig an relativ langen Stielen.

Im Frühjahr erscheinen einzelne Blüten auf dünnen Blütenstielen. Jede Krone besteht aus fünf gelben Kronblättern; das untere trägt meist feine dunkle Adern. Dahinter sitzt der für viele Viola-Arten charakteristische kurze Sporn. Unter der Krone sind grüne Kelchblätter sichtbar. Nach der Blüte entwickeln sich kleine Samenkapseln, die bei Reife aufspringen. Manche Pflanzen haben fast einfarbig gelbe Kronblätter, andere bräunliche Linien. Zur Bestimmung muss man echte Veilchenblätter von ähnlich geformten Blättern kleiner Waldkräuter unterscheiden und die Blüte selbst betrachten.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora erkennt Viola glabella als heimische kalifornische Art an und führt mehr als tausend Beobachtungen auf. Besonders verbunden ist sie mit feuchten Redwood-, Douglasien-, Gelbkiefern- und Rottannenwäldern sowie beschatteten Bachufern und Waldsenken.



Viola glabella mit herzförmigen fein gezähnten Blättern und gelben fünfzähligen Blüten mit feinen dunklen Adern

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

In der heißen offenen Ebene von Sacramento darf sie nicht als gewöhnliches Rasenkraut dargestellt werden. Auf Nordhängen und in kühlen Bergwäldern kann sie in Gruppen vorkommen. Kleine Kolonien werden durch übermäßiges Sammeln jedoch leicht beschädigt. Die Pflanze braucht Feuchtigkeit und ist auf trockenen Südhängen kaum zu sehen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Mit der Feuchtigkeit des Frühjahrs und nach der Schneeschmelze wachsen neue Blätter. In kühlen Küstengebieten können erste Blüten schon im zeitigen Frühjahr erscheinen, in den Bergen später. Der artspezifische Führer nennt vor allem April und Mai; die kalifornische Saison verschiebt sich je nach Höhenlage und Hanglage.

Knospen erscheinen unmittelbar vor den gelben Kronblättern. Zu Beginn der Sommertrockenheit werden manche Blätter fester, und die Blüte endet. An feuchten Bachufern hält sich das Grün bisweilen länger; Blätter und Knospen besitzen daher unterschiedliche Erntezeiten.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Rohverzehr bei Viola glabella. Sie sind weich, etwas schleimig und mild im Geschmack. Einige Blätter können anderen frischen Kräutern beigegeben werden. Alte Blätter sind gröber. Einen ganzen kleinen Strauch für einen Salat auszureißen ist unvernünftig.

Junge Blütenknospen — nur sehr wenig. Das artspezifische Nachschlagewerk erwähnt ihren Rohverzehr, warnt aber gleichzeitig, dass größere Mengen gelber Blüten gerade dieser Art Durchfall verursachen können. Ganze Handvoll geöffneter Blüten sind deshalb keine Nahrungsempfehlung. Es geht lediglich um wenige sicher bestimmte Knospen. Menschen mit empfindlicher Verdauung sollten ganz auf die Blüten verzichten.

Wurzeln, alte verrottende Blätter, Samenkapseln und Samen sind kein Teil der Nahrungsliste. Entlang von Bächen kommt die rohe Ernte nur bei sauberem Boden und Wasser infrage.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Viola adunca, separat beschrieben, blüht normalerweise violett statt gelb. Viola pedunculata besitzt ebenfalls gelbe Blüten, wächst aber eher auf offenen grasigen Frühlingshängen und unterscheidet sich in Blatt- und Blütenstielbau.

Auch Hahnenfußarten der Gattung Ranunculus tragen gelbe fünfzählige Blüten. Ihre Blätter und Kronen sind jedoch anders aufgebaut; manche Hahnenfußarten reizen Haut und Schleimhäute. Man darf daher nicht jede gelbe Waldblüte für ein Veilchen halten. Viola glabella zeigt herzförmige Blätter, fünf charakteristisch angeordnete Kronblätter und einen Sporn. Solange nur Blätter zu sehen sind, sollte man die Ernte für den Verzehr verschieben.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8289
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Viola+glabella

Duftveilchen — duftende Frühlingsblüten und weiche Winterblätter · Viola odorata

Viola odorata

Im kühlen Schatten eines alten Gartens oder an einem bewachsenen Zaun sieht man gegen Ende des Winters kleine violette Blüten über einem Teppich herzförmiger Blätter. An warmen Tagen duften sie fein und süß, auch wenn nicht jede Blüte gleich aromatisch ist. Das ist Viola odorata, ein europäisches Veilchen, das in Kalifornien gelegentlich verwildert. Junge Blätter, Knospen und geöffnete Blüten lassen sich roh essen; die Samen werden nicht als Nahrung verwendet.



Viola odorata mit herzförmigen lang gestielten Blättern und einzelnen dunkelvioletten gespornten Frühlingsblüten

Christian Fischer · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das niedrige ausdauernde Kraut erhebt sich gewöhnlich nur fünf bis fünfzehn Zentimeter über den Boden. Es besitzt ein kurzes Rhizom und kriechende Ausläufer, die Wurzeln schlagen und allmählich neue Rosetten bilden. Die lang gestielten Blätter sind rundlich-herzförmig, an der Basis tief eingebuchtet, an der Spitze eher stumpf und am Rand fein gekerbt. Junge Blätter können leicht behaart sein.

Die blattlosen Blütenstiele tragen je eine Blüte. Ihre fünf Kronblätter sind ungleich geformt: Zwei zeigen nach oben, zwei zur Seite, das breitere untere besitzt einen kurzen Sporn. Die Blüten sind meist kräftig lila oder dunkelviolett; es gibt auch weiße Formen. Die Frucht ist eine kleine dreiklappige Samenkapsel. Manche späten selbstbestäubenden Blüten sind kaum sichtbar.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora zählt Viola odorata zu den nicht heimischen Arten und dokumentiert ungefähr 130 Beobachtungen außerhalb gewöhnlicher Gartenpflanzungen. Die Art wächst bei alten Häusern, an schattigen feuchten Waldrändern, entlang von Waldwegen und Bächen in den Countys Marin, Santa Cruz, San Mateo, Sonoma, Butte und vereinzelt Sacramento und Yolo.



Viola odorata mit herzförmigen lang gestielten Blättern und einzelnen dunkelvioletten gespornten Frühlingsblüten

Majercsik László (LaMa8) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

Es ist kein massenhaftes wildes Veilchen des gesamten Bundesstaats: Auf natürlichen Hängen und in Nadelwäldern leben zahlreiche heimische Viola-Arten. An Wohnhäusern sind Eigentumsrechte und mögliche Bodenbehandlungen zu beachten.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima können die grünen Blätter bei genügend Feuchtigkeit im Winter und fast ganzjährig erhalten bleiben. Nach Winterregen wachsen die zartesten jungen Blättchen. Die ersten duftenden Blüten öffnen sich im Spätwinter und zeitigen Frühjahr. Im kühlen Schatten kann die Blüte bis Mai anhalten.

In der Sommerhitze wird der neue Austrieb gröber, und die Blüten verschwinden. Gegessen werden junge, unbeschädigte Blätter und frisch geöffnete Blüten, nicht alte Samenkapseln.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich die rohe Verwendung der Blätter von Viola odorata. Sie sind weich, schmecken mild und wirken leicht schleimig. Man kann sie einer kalten Mischung aus Blattgrün zugeben.

Blütenknospen und geöffnete Blüten. Sie werden frisch einzeln gegessen oder anderen Pflanzen beigegeben. Ihr Duft ist fein, ihr Geschmack etwas süßlich. Die harten Blütenstiele braucht man gewöhnlich nicht.

Calflora warnt davor, die Samen dieser Art zu essen. Reife Kapseln dürfen deshalb nicht geöffnet werden, um Samen als Nahrung zu gewinnen. Wurzeln und Rhizome gehören nicht zur rohen Nahrungsliste.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die heimische Viola glabella trägt häufig gelbe Blüten und besitzt andere Blätter; Viola adunca blüht gewöhnlich blauviolett und zeigt auffälligere oberirdische Triebe. Die Garten-Stiefmütterchen Viola tricolor und ihre Hybriden besitzen meistens mehrfarbige Blüten und wachsen weniger teppichartig.

Nicht jede violette fünfzählige Blüte gehört zur Gattung Viola. Wichtig sind das herzförmige Blatt, die ungleichmäßige Blüte mit Sporn und der Fruchtbau. Bei kaltem Wetter kann der Duft fehlen; er ist deshalb kein allein verlässliches Bestimmungsmerkmal.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8298
- https://pfaf.org/USER/plant.aspx?LatinName=Viola+odorata
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8298

Wildes Stiefmütterchen — kleine dreifarbige Blüten und junges Grün · Viola tricolor

Viola tricolor

An einem früheren Blumenbeet oder auf einem kühlen grasigen Waldrand wächst gelegentlich eine kleine Pflanze mit Blüten, in denen Violett, Gelb und Weiß gleichzeitig erscheinen. Sie ähnelt winzigen Stiefmütterchen, bleibt aber meist deutlich kleiner als großblütige Gartenhybriden. Das ist Viola tricolor, eine in Kalifornien nur selten verwilderte Kulturpflanze. Junge Blätter und Blütenknospen können roh gegessen werden; auch geöffnete Blüten eignen sich frisch als Nahrung.



Viola tricolor mit kleinen dreifarbigen violett-weiß-gelben Blüten, schmalen gestielten Blättern und stark zerteilten Nebenblättern

Bartosz Cuber · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Das einjährige oder kurzlebig ausdauernde Kraut wird meist zehn bis fünfundzwanzig Zentimeter hoch. Dünne Stängel steigen auf oder verzweigen sich an der Basis. Die wechselständigen, gestielten Blätter sind unten rundlich-oval, oben schmaler und am Rand gekerbt. An ihrer Basis befinden sich auffällige große, tief geteilte Nebenblätter.

Die einzelnen Blüten sitzen auf langen Blütenstielen und besitzen fünf ungleich geformte Kronblätter. Die oberen sind meistens dunkelviolett, die seitlichen heller, das untere gelb mit dunklen Leitlinien und einem kurzen Sporn. Farben einzelner Pflanzen können ineinander übergehen und sich überschneiden. Nach der Blüte entsteht eine kleine dreiklappige Kapsel, aus der bei der Reife winzige Samen fallen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora verzeichnet Viola tricolor als nicht heimisches Veilchen mit nur einigen Dutzend Beobachtungen in Kalifornien. Es ist vor allem mit alten Gärten, Rasenflächen, städtischen Blumenbeeten, kühlen gestörten Grasstandorten und vereinzelten Selbstaussaaten verbunden.



Viola tricolor mit kleinen dreifarbigen violett-weiß-gelben Blüten, schmalen gestielten Blättern und stark zerteilten Nebenblättern

Tom.k (Commons credit, author assumed) · CC BY-SA 2.5 · Wikimedia Commons

Es ist keine gewöhnliche heimische Art feuchter Wälder oder der Sierra-Nevada-Hänge. Großblütige Pflanzen in Parks gehören häufig zu anderen Gartenhybriden. Auf Zierpflanzen können Pestizide selbst nach Regen zurückbleiben. Für rohe Nahrung kommt deshalb nur ein bekannter, unbelasteter Standort infrage.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im milden Küstenklima wachsen kleine Blätter während der kühlen Jahreszeit. Bei ausreichender Feuchtigkeit beginnt die Blüte im Frühjahr, oft im März oder April, und kann bis zum Frühsommer andauern oder sich im Herbst wiederholen. In der heißen Ebene von Sacramento trocknen die Pflanzen ohne Bewässerung rasch aus.

Die jungen Blätter sind vor der starken Blüte am zartesten. Blütenknospen werden unmittelbar vor dem Öffnen gesammelt. Reife Samenkapseln werden nicht als Nahrung verwendet.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Blätter und Knospen. Plants For A Future beschreibt ausdrücklich ihre rohe Verwendung. Der Geschmack ist mild. Die Blätter können klein geschnitten und mit anderem Grün vermischt werden.

Geöffnete Blüten. Frische bunt gefärbte Kronblätter können als kleine essbare Zugabe verwendet werden, am besten unmittelbar nach dem Öffnen. Sie liefern keine erhebliche Nahrungsmenge, können aber kaltes Blattgrün ergänzen.

Calflora führt Samen dieser Art als nicht essbar auf. Samenkapseln und ihr Inhalt sind deshalb ausgeschlossen. Wurzeln und alte Blütenstiele werden nicht verwendet.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Viola odorata bildet dichte niedrige Rosetten mit lang gestielten herzförmigen Blättern und meist einfarbigen duftenden violetten Blüten. Das großblütige Garten-Stiefmütterchen Viola × wittrockiana besitzt deutlich größere Kronblätter, obwohl Zwischenformen unter Hybriden möglich sind. Die heimische Viola pedunculata blüht an Küstenhängen kräftig gelb und unterscheidet sich im Blattbau.

Ein einzelnes buntes Kronblatt reicht nicht zur Artbestimmung. Man betrachtet Blütengröße, Nebenblätter, Blattform und Frucht gemeinsam.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8319
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Viola_tricolor

Kalifornische Wildrebe — junge Ranken im Frühjahr und dunkle Trauben im Herbst · Vitis californica

Vitis californica

Entlang der Flüsse und Bäche Kaliforniens sind Bäume manchmal derart mit langen grünen Reben verflochten, dass Weinblätter einen ganzen Vorhang über dem Wasser bilden. Im Frühjahr treiben die Reben neue Blätter und feine sich einrollende Ranken. Im Sommer hängen Trauben noch grüner Früchte daran, die gegen Herbst zu kleinen dunklen Weinbeeren heranreifen. Bei dieser Wildrebe gibt es zwei Pflanzenteile, die ohne Erhitzen gegessen werden können: junge Ranken und reife Beeren.



Vitis californica mit rundlich-herzförmigen gelappten Blättern, gegenüberliegenden Wickelranken und kleinen dunklen Trauben

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Es ist eine ausdauernde verholzende Kletterpflanze, kein selbstständig stehender Baum. Ist eine Stütze vorhanden, erklimmen die Triebe Sträucher und Stämme mithilfe verzweigter Ranken. Ohne Stütze kriechen lange Stängel über den Boden und verflechten sich. Eine einzelne Rebe kann mehrere Meter lang werden.

Die Blätter sind einfach, rundlich-herzförmig und besitzen häufig drei oder fünf flache Lappen. Ihre Breite beträgt meist etwa sieben bis vierzehn Zentimeter. Der Rand ist deutlich gezähnt; kräftige Blattadern strahlen von der Basis aus. Junge Blätter sind grün und weich, im Herbst vergilben sie und fallen ab.

Die Ranken entspringen gegenüber den Blättern. Anfangs sind sie zarte, fast gerade oder leicht gebogene grüne Fäden. Sobald sie eine Stütze erreichen, rollen sie sich um diese. Kleine grünliche Blüten stehen in Trauben, aus denen später Fruchtstände entstehen. Die runden Beeren sind deutlich kleiner als Tafeltrauben. Reife Früchte werden dunkelblau, violett oder fast schwarz und haben eine Schale, saftiges Fruchtfleisch und harte Samen.



Vitis californica mit rundlich-herzförmigen gelappten Blättern, gegenüberliegenden Wickelranken und kleinen dunklen Trauben

KP Botany~commonswiki · Public domain · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Vitis californica ist in Kalifornien heimisch. Sie wächst an Flüssen und Bächen des Central Valley, in Auwäldern, feuchten Schluchten und geeigneten Vorgebirgslagen, auch am Fuß der Sierra Nevada. In der Nähe von ständigem Wasser kann sie sehr üppig sein und ganze Büsche überwachsen. An offenen heißen trockenen Hängen ist dichter Rebenbewuchs dagegen wesentlich seltener.

Besonders auffällig ist die Rebe, wo Weiden, Pappeln und andere Bäume am Wasser stehen und Halt bieten. Dass Weinreben in einer Gegend vorkommen, bedeutet nicht, dass jede Frucht trägt: Bei dieser Art befinden sich männliche und weibliche Blüten gewöhnlich auf unterschiedlichen Pflanzen.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Neuer Austrieb und junge Ranken erscheinen im Frühjahr, ungefähr von April bis Juni. Die grünen Blüten öffnen sich im Mai und Juni. Danach wachsen Fruchttrauben heran, die noch lange grün bleiben. Der USDA Forest Service nennt den September als Hauptmonat der Fruchtreife. Je nach Standort kann man dunkle reife Beeren vom Spätsommer bis in den Herbst, gelegentlich noch im Oktober, finden.

Nach dem Laubfall erkennt man die Rebe an verholzten Trieben, aber frische zarte Ranken und Beeren sind dann nicht mehr verfügbar.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Junge Ranken. Solange eine neu gewachsene Ranke weich ist, kann sie roh gegessen werden. Plants For A Future nennt diese Verwendung ausdrücklich für Vitis californica. Junge Ranken schmecken deutlich säuerlich. Mit zunehmendem Alter verholzen sie und verlieren ihre Zartheit. Sie sind lange vor den Beeren verfügbar; später dienen die festen Ranken hauptsächlich zur Befestigung an Zweigen.

Reife Traubenbeeren. Die dunklen weichen Früchte werden nach vollständiger Reife frisch gegessen. Der USDA Forest Service bestätigt ausdrücklich, dass die Beeren dieser Art ohne Zubereitung verwendet wurden. Wildtrauben sind oft deutlich saurer und kernreicher als Kulturtrauben. Berichte über die Ernährung der kalifornischen Miwok erwähnen heimische Weintrauben, und botanische Übersichten bestätigen die frische Essbarkeit der Früchte. Man kann reife Beeren ohne Erwärmen zerdrücken und Saft mit Fruchtfleisch gewinnen. Sie wurden auch natürlich getrocknet, um Vorräte anzulegen.

Nicht alle Teile der Weinrebe gehören zur Nahrungsliste. Beispielsweise belegt die Verwendung von Weinblättern in gekochten Gerichten nicht, dass rohe Blätter genau dieser Art als Nahrung bestätigt sind.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Wildreben besitzen ein einzelnes breites Blatt am Stiel und eine separate Ranke gegenüber dem Blatt. Die Blätter bestehen nicht aus drei getrennten Fiederblättchen. Dadurch lassen sich junge Reben von der giftigen Westlichen Gifteiche Toxicodendron diversilobum unterscheiden, deren Blätter häufig dreizählig sind und die keine Weinranken besitzt.

In der Nähe können auch kultivierte oder verwilderte Weinreben wachsen. Für die genaue Bestimmung von Vitis californica sind Blattform, Fruchttrauben und Standort gemeinsam zu betrachten.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Vitis californica: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vitcal
- Plants For A Future, Vitis californica: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Vitis+californica
- Barrett & Gifford, Miwok Material Culture, Berries and Fruits: https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/berries_fruits.html

Gird-Wildrebe — kleine dunkle Trauben südlicher Canyons · Vitis girdiana

Vitis girdiana

Wo ein südkalifornischer Canyon nach den Winterregen Wasser zurückhält, sieht man manchmal lange Reben mit breiten rundlichen Blättern zwischen Sträuchern. Später hängen kleine Trauben fast schwarzer Beeren dazwischen. Das ist Vitis girdiana, die Gird-Wildrebe, eine heimische Kletterpflanze des südlichen Bundesstaats, auch Wüstenwildrebe genannt. Ihre reifen Beeren und zarten jungen Ranken können ohne Feuer gegessen werden. Man darf sie jedoch nicht mit der bereits beschriebenen Vitis californica gleichsetzen, die vor allem in nördlicheren Regionen vorkommt.



Vitis girdiana mit weich behaarten herzförmigen Blättern, gegenständigen Ranken und kleinen dunkelvioletten Traubenbeeren

Stickpen · Public domain · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Pflanze ist eine verholzende Kletterrebe, die benachbarte Büsche und kleinere Bäume überwachsen kann. Junge Triebe sind grünlich und oft deutlich behaart; später werden sie braun und fester. Ranken gegenüber den Blättern winden sich um Stützen und halten die langen Reben.

Die wechselständigen, lang gestielten Blätter sind rundlich bis herzförmig, flach gelappt und am Rand gezähnt. Die Blattunterseite ist häufig heller und weich behaart. Im Frühjahr erscheinen kleine grünlich-gelbe Blüten in lockeren Trauben. Große auffällige Kronblätter gibt es nicht. Nach der Bestäubung wachsen kleine grüne Traubenbeeren. Bei Reife werden sie wenige Millimeter groß, dunkelviolett oder beinahe schwarz, manchmal blau bereift. Im Inneren liegen einige harte Samen.

Im Winter verliert die Rebe ihre Blätter; die alten verholzten Triebe und die Ansatzstellen der Ranken bleiben sichtbar.



Vitis girdiana mit weich behaarten herzförmigen Blättern, gegenständigen Ranken und kleinen dunkelvioletten Traubenbeeren

Tortie tude · CC0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Vitis girdiana als heimische kalifornische Art mit Hunderten Beobachtungen vor allem in den südlichen Countys San Diego, Orange, Riverside, Los Angeles und San Bernardino, außerdem in Inyo und Kern.

Typische Lebensräume sind Ufer saisonaler Bäche, Schluchten, Eichengesellschaften und küstennaher Salbeibusch-Scrub, sofern die Wurzeln feuchtere Bodenschichten erreichen. Trotz der englischen Bezeichnung „desert wild grape“ wächst sie nicht gleichmäßig in wasserlosen Wüsten. Im Raum Sacramento ist sie keine gewöhnliche Wildrebe; dort spielt Vitis californica eine deutlich wichtigere Rolle. Eine einzelne Zierpflanzung ist ebenfalls keine frei zugängliche Nahrungsquelle.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

In tiefen warmen Canyons erscheinen im Frühjahr nach der Winterruhe neue Blätter und Ranken. Kleine Blütenstände entwickeln sich im späten Frühjahr und Sommer, an warmen Orten gelegentlich früher. Die grünen Trauben dunkeln allmählich nach; vollständig reife Beeren stehen gewöhnlich vom Spätsommer bis Herbst zur Verfügung, ungefähr von August bis Oktober.

In kühleren oder schattigen Schluchten verschieben sich die Termine. Vorhandene Blätter bedeuten noch keine reifen Beeren. Nach dem Laubfall im Winter sind gewöhnlich keine frischen Früchte vorhanden. Getrocknete Vorräte bestehen nur, wenn zuvor etwas haltbar gemacht wurde.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife dunkle Traubenbeeren. Sie sind die naheliegendste rohe Nahrung von Vitis girdiana. Plants For A Future bestätigt ausdrücklich ihren Verzehr frisch oder nach Trocknung für den Winter. Bei vollreifen Trauben ist der Geschmack süß mit deutlicher Säure. Kleine Früchte können einzeln gegessen oder zerdrückt werden, wobei das weiche Fruchtfleisch von größeren Kernen getrennt wird. Wegen ihrer Größe liefern sie weniger Fruchtfleisch als Kulturtrauben. Ohne Erwärmen angetrocknete, saubere reife Beeren dürfen nur nach vollständigem Durchtrocknen und ohne Schimmel gelagert werden.

Zarte junge Ranken. Die gleiche artspezifische Quelle zählt sie ausdrücklich zu roh essbaren Pflanzenteilen. Nur während des neuen Wachstums bleiben sie weich; später verholzen sie.

Junge Blätter werden in der Quelle als Umhüllung von Nahrung genannt, die anschließend gebacken wird. Das ist eine Zubereitung mit Feuer und kein Beleg dafür, dass sie als rohe Salatblätter empfohlen werden können. Auch Wurzeln, Rinde und unreife grüne Beeren gehören nicht zur Liste.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Vitis californica besitzt häufig größere Blätter mit anderer Behaarung und ist vor allem mit Nordkalifornien verbunden. Die Arten müssen anhand von Blättern, jungen Trieben und geografischem Vorkommen gemeinsam unterschieden werden.

Wildtrauben darf man nicht mit Pflanzen verwechseln, die einzelne schwarze Beeren tragen: Bei Vitis stehen Früchte in echten Trauben und Ranken entspringen gegenüber den Blättern. Dekorative Kletterpflanzen und Nachtschattengewächse mit dunklen Beeren können ungenießbar sein. Unbekannte Früchte werden nicht zur Bestimmung gekostet. Reben an chemisch behandelten Weinbergen und Straßen eignen sich nicht zum rohen Sammeln.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8322
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8322
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Vitis+girdiana

Weinrebe — süße Trauben an alten Rebstöcken und Flussufern · Vitis vinifera

Vitis vinifera

In Kalifornien wachsen Weinreben nicht ausschließlich in den Reihen der Weinberge. Bei ehemaligen Hofstellen und alten Zäunen bleiben manchmal Reben erhalten, deren lange Triebe Bäume umwinden. Unter den breiten Blättern hängen gegen Ende des Sommers Fruchttrauben. Es ist die europäische Kulturweinrebe; einige Exemplare sind verwildert. Für Nahrung ohne Feuer sind die reifen saftigen süßen Beeren besonders nützlich. Bei passenden Wetterbedingungen können sie natürlich zu Rosinen trocknen.



Vitis vinifera mit großen gelappten Weinblättern, Wickelranken und reifen süßen Trauben unterschiedlicher Farben

Bangin · CC BY 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die ausdauernde verholzende Kletterpflanze besitzt einen mit dem Alter dicker werdenden Stamm und lange biegsame Triebe. Die Rinde alter Rebstöcke reißt auf und löst sich in schmalen Streifen ab. Die großen wechselständigen Blätter sind rundlich-herzförmig, häufig mit drei oder fünf flachen Lappen und deutlich gezähntem Rand. Die Unterseite ist manchmal stark behaart.

Gegenüber den Blättern liegen häufig verzweigte Ranken, mit denen sich die Rebe an Stützen hält. Die kleinen grünlichen Blüten stehen in länglichen Rispen. Später entstehen dichte oder lockere Trauben runder oder ovaler Beeren. Sie können grün, gelb, rot, violett oder dunkelblau sein, mit oder ohne Kerne.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora bestätigt Vitis vinifera als nicht heimische, aus Kulturpflanzungen verwilderte Rebe und dokumentiert zahlreiche Funde in verschiedenen Countys. Man findet sie an ländlichen Siedlungen, Zäunen, alten Weinbergsrändern und gelegentlich in Flussbetten mit ausreichender Feuchtigkeit.

Im Sacramento-Gebiet sind selbst ausgesäte Reben möglich, doch sie dürfen nicht mit der heimischen Vitis californica verwechselt werden. Viele Pflanzen an Weinbergen werden mit Pflanzenschutzmitteln behandelt; ihre Früchte gehören zudem dem Eigentümer des Grundstücks.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im Frühjahr treiben neue Blätter aus den Knospen, die Blüte erfolgt gewöhnlich im späten Frühjahr oder frühen Sommer. Die Früchte wachsen während des Sommers und reifen je nach Sorte, Höhenlage und Wetter zwischen Juli und Oktober.

Die Beeren bekommen ihre sortentypische Farbe und werden weicher. Bei grünen Rebsorten können auch vollreife Früchte hell bleiben. Ausgeprägt saurer Geschmack deutet häufig auf mangelnde Reife hin. Nach der herbstlichen Abkühlung vergilben die Blätter und fallen ab, während die verholzte Rebe stehen bleibt.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Traubenbeeren. Man pflückt eine reife Traube und isst die sauberen Beeren roh. Kleine Kerne können nach Wunsch ausgespuckt oder vorsichtig gekaut werden. Sie sind essbar, aber hart. Durch kaltes Zerdrücken lässt sich ohne Erhitzen Saft gewinnen; falls die Schalen stören, werden sie abgesiebt.

Bei trockenem Wetter können reife Trauben bisweilen auf natürliche Weise zu Rosinen trocknen. Sie müssen sauber, schimmelfrei und ohne Gärung sein. Junge Blätter mancher Sorten sind ebenfalls essbar, artspezifische Quellen sehen aber oft eine vorherige Zubereitung vor. Ohne gesondert bestätigte rohe Verwendung bleiben die Früchte in diesem Artikel die Hauptnahrung.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die heimische Vitis californica und die Wüstenwildrebe Vitis girdiana liefern ebenfalls essbare Früchte, unterscheiden sich aber durch Blattbau, Behaarung, häufig kleinere Beeren und Lebensräume. Selbst ausgesäte Kulturreben können sehr kleine Trauben tragen: Die Fruchtgröße allein beweist die Art nicht.

Giftige Zierkletterpflanzen mit ähnlichen Blättern bilden keine echten Weinranken und charakteristischen Trauben in gleicher Weise. In Kalifornien kommt auch die Wilde Gurke Marah vor, deren Früchte nicht mit Trauben verwechselt werden dürfen. Für die Ernte sind sowohl die richtige Art als auch ein sauberer, nicht chemisch behandelter Standort entscheidend.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8323
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Vitis+vinifera
- https://ucanr.edu/sites/fruitreport/files/133969.pdf

Kalifornische Fächerpalme — kleine dunkle Früchte der Wüstenoasen · Washingtonia filifera

Washingtonia filifera

In trockenen Gebirgen Südkaliforniens öffnet sich manchmal überraschend ein grünes Tal mit hohen Palmen. Dort tritt Grundwasser an die Oberfläche. An der heimischen Fächerpalme reifen zahlreiche kleine dunkle Früchte. Aus der Ferne sehen sie wie schwarze Perlen aus, die von der Krone herabhängen.



Washingtonia filifera mit hohem geradem Stamm, fächerförmigen Blättern mit hängenden Fasern und kleinen dunklen Früchten

Jim Harper · CC BY-SA 1.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Palme wächst mit einem einzigen kräftigen, geraden Stamm, der fünfzehn bis zwanzig Meter und mehr erreichen kann. An seiner Spitze befindet sich eine große runde Krone aus fächerförmigen Blättern. Jedes Blatt ist in lange gefaltete Segmente geteilt. An ihren Rändern hängen oft helle Fasern herab, denen der Name filifera, „fadentragend“, entspricht. Bei wild wachsenden Palmen können abgestorbene alte Blätter über Jahre einen dichten braunen Rock um den Stamm bilden.

Die kleinen hellen Blüten stehen in langen verzweigten Blütenständen, die aus der Krone herausragen. Danach entwickeln sich an dünnen Seitenzweigen viele kugelige Früchte, erst grün, später dunkelbraun oder schwarz. Die einzelne Frucht ist nur ungefähr erbsengroß. Unter ihrer Haut liegt wenig Fruchtfleisch; im Inneren befindet sich ein großer harter Kern.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Der natürliche Lebensraum dieser Palme umfasst nicht ganz Kalifornien, sondern einzelne feuchte Oasen in den südlichen Wüstenregionen. Besonders bekannt sind die Palmenhaine im Coachella Valley und bei Palm Springs. In Städten wird die Art wesentlich weiter verbreitet angepflanzt. Eine Zierpalme an einer Straße beweist deshalb nicht, dass dort ein natürlich entstandener Palmenhain liegt.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blütenstände entwickeln sich in der warmen Jahreszeit. Die Früchte dunkeln gewöhnlich gegen Ende des Sommers und im Herbst nach; trockene Fruchtstände können länger an den Bäumen hängen bleiben. Aufgrund der Höhe der Pflanzen, des Wetters und der Unterschiede zwischen einzelnen Palmen ist ein fester Erntekalender nur eingeschränkt möglich.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Reife Früchte. Die indigenen Bewohner der Oasen, darunter die Cahuilla, aßen die kleinen Früchte frisch oder trockneten sie. Das dünne Fruchtfleisch schmeckt etwas süßlich, aber eine einzelne Frucht liefert weit weniger Nahrung als eine kultivierte Dattel. In der Literatur werden auch zerkleinerte getrocknete Früchte beschrieben. Für den Frischverzehr ist das weiche reife Fruchtfleisch wichtig und nicht der Versuch, den harten Kern zu zerbeißen.

Getrocknete Früchte. Bei natürlich getrockneter Ernte entweicht Wasser, sodass die Süße stärker hervortritt. Daraus kann ohne Erhitzen ein Vorrat entstehen, sofern die Früchte sauber, gesund und schimmelfrei sind.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Mexikanische Fächerpalme Washingtonia robusta wird in Kalifornien häufig angepflanzt. Sie ist gewöhnlich schlanker; auch Blattstiele und Blattbasen unterscheiden sich. In Städten gibt es Hybriden. Die Art darf nicht nur anhand schwarzer Früchte oder eines einzelnen Fächerblattes bestimmt werden.

Die echte Dattelpalme Phoenix dactylifera besitzt gefiederte statt fächerförmige Blätter und größere längliche Datteln. In natürlichen Oasen und Schutzgebieten kann das Sammeln untersagt sein. Man sollte nicht versuchen, schwere Fruchtstände herunterzuschlagen, den trockenen Blattrocken zu erklimmen oder Blätter abzubrechen. Eine sichere Beobachtung erfordert keinen Eingriff in den Palmenhain.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Washingtonia filifera: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/wasfil
- National Arboretum, Washingtonia filifera: https://www.nationalarboretum.act.gov.au/living-collections/forests-and-trees/forest-10
- Calflora, Washingtonia filifera: https://www.calflora.org/

Bananen-Yucca — starre Blätter, cremefarbene Blüten und weiche Wüstenfrüchte · Yucca baccata

Yucca baccata

Auf trockenen steinigen Hängen Ostkaliforniens stehen zwischen Sträuchern niedrige Rosetten starrer schwertförmiger Blätter. Im Frühjahr und Frühsommer öffnen sich darüber große weißliche Glockenblüten. Später entwickeln einige Pflanzen dicke fleischige Früchte, die kurzen grünen Bananen ähneln. Es ist Yucca baccata, die Bananen-Yucca. Vollständig reifes Fruchtfleisch ist als rohe Nahrung bekannt. Anders als eine Gartenbanane kann die Frucht jedoch selbst im reifen Zustand grün bleiben. Die Blätter tragen scharfe Spitzen, die Augen und Haut verletzen können.



Yucca baccata mit niedrigen Rosetten starrer faseriger schwertförmiger Blätter, cremefarbenen Blüten und dicken grünen fleischigen Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Diese immergrüne ausdauernde Art bildet gewöhnlich eine oder mehrere niedrige Rosetten. Ihre langen schmalen Blätter sind starr, graugrün bis bläulich und enden in einer kräftigen scharfen Spitze. An den Rändern lösen sich häufig feine eingerollte Fasern ab, besonders an älteren Blättern. Eine Rosette kann einen Meter oder mehr Durchmesser erreichen.

Während der Blüte wächst ein kräftiger aufrechter Blütenstängel mit zahlreichen hängenden cremefarbenen Glockenblüten. Jede besitzt sechs breite Blütenhüllblätter. Nach der Bestäubung entwickeln sich dicke längliche fleischige Früchte, teils zehn Zentimeter lang oder länger, die kurzen Bananen ähneln. Sie sind grün oder gelblich; bei Reife werden sie weich, müssen aber nicht leuchtend gelb werden. Im fleischigen Inneren sitzen große flache dunkle Samen, die vor dem Rohverzehr entfernt werden müssen.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Calflora erkennt Yucca baccata als heimische kalifornische Art an, vor allem aus Wüsten- und Halbwüstengesellschaften einschließlich der Joshua-Tree-Wälder. Der USDA Forest Service beschreibt trockene Hänge, steinige Stellen und lichte Wacholder-Kiefern-Bestände im Westen der USA.



Yucca baccata mit niedrigen Rosetten starrer faseriger schwertförmiger Blätter, cremefarbenen Blüten und dicken grünen fleischigen Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

In Kalifornien liegt das natürliche Vorkommen überwiegend im Osten und Südosten, nicht im Sacramento Valley. Manche südkalifornische Yucca-Arten sehen sehr ähnlich aus. Man darf deshalb keine Frucht allein anhand einer allgemeinen stacheligen Rosette auswählen. In heißen trockenen Gebieten hängen Blüte und Fruchtansatz stark von Regenfällen und Bestäubung ab; nicht jedes Exemplar trägt jedes Jahr Früchte.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die Blätter bleiben das ganze Jahr grün, werden hier jedoch nicht als Nahrung empfohlen. Der Blütenstängel erscheint im späten Frühjahr oder Frühsommer. Nach und nach öffnen sich die weißlichen cremefarbenen Blüten, von deren Fruchtknoten manche zu länglichen grünen Früchten heranwachsen.

Plants For A Future nennt für vollständig reife Früchte den frühen und mittleren Herbst; an warmen Standorten sind abweichende Zeitpunkte möglich. Ausschlaggebend ist eine ausreichend weiche Frucht, die noch nicht zerfällt und nicht verschimmelt. Grün bedeutet nicht zwangsläufig unreif. Altes trockenes Fruchtfleisch wird grob und kann nach seltenen Herbstregen verfaulen.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Nur das weiche Fruchtfleisch vollständig reifer Früchte. Plants For A Future bestätigt den Rohverzehr von Yucca baccata und beschreibt reife Früchte als süß und fleischig. Man kann eine Frucht aufschneiden und das weiche essbare Gewebe sorgfältig von den großen flachen Samen und groben Schalenpartien trennen. Es handelt sich nicht um eine fertig geschälte Banane, sondern um eine Frucht, deren Zustand geprüft werden muss. Festes grünes unreifes Gewebe wird nicht wegen einer äußerlichen Ähnlichkeit mit Kulturbananen gegessen.

Kleine Portionen. Dieselbe artspezifische Quelle warnt, dass viele Früchte bei Menschen, die diese Nahrung nicht gewohnt waren, Durchfall auslösen konnten. Selbst ganz reife Früchte sollte man deshalb zunächst

nur in einer kleinen Portion verzehren und nicht zur Hauptnahrung machen. Quellen erwähnen auch Trocknung ohne Feuer; Stücke müssen dafür vollständig trocknen und vor Schimmel geschützt bleiben.

Blütenknospen, Stängel, Samen und junge Blätter wurden in artspezifischen Nahrungsquellen meist mit Hitze zubereitet und werden hier nicht roh empfohlen. Die scharfen Blattspitzen können beim Näherkommen die Augen verletzen.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Yucca schidigera, die separat beschriebene Mojave-Yucca, trägt häufig schmalere, besonders harte Blätter; Fruchttyp und Blütenstand unterscheiden sich. Yucca brevifolia, der Joshua Tree, besitzt einen höheren verzweigten Stamm und eine andere Krone. Auch Hesperoyucca whipplei hat spitze Blätter, doch Blütenstand und Frucht sind anders aufgebaut.

Solange nur eine Rosette vorhanden ist, können die Arten stark ähneln. Früchte dürfen deshalb nicht ohne Bestimmung der ausgewachsenen Pflanze gegessen werden. In geschützten Wüstengebieten darf man nicht sammeln und keine Blätter abbrechen, um zu einer einzelnen Frucht zu gelangen.

QUELLEN

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8374
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Yucca+baccata
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/yucbac

Mojave-Yucca — stachelige Blätter und fleischige Wüstenfrüchte · Yucca schidigera

Yucca schidigera

An trockenen steinigen Standorten der Mojave-Wüste stehen Pflanzen mit kurzen verholzten Stämmen und harten Blättern, die wie schmale Speere nach allen Seiten zeigen. Im Frühjahr wachsen darüber weiße Blüten, später längliche grüne Früchte. Bis zum Spätsommer werden die Früchte bräunlich und ledrig. Historische Quellen des USDA Forest Service und eine universitäre Veröffentlichung über die Mojave-Yucca bestätigen den Rohverzehr reifer Früchte. Die äußere Schale kann bitter sein; im Inneren liegen zahlreiche dunkle harte Samen.



Yucca schidigera mit steifen scharfspitzigen faserigen Blättern, verholztem Stamm und länglichen bräunlichen reifen Früchten

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Die Mojave-Yucca ist ein immergrüner Strauch oder kleiner Baum, gewöhnlich ein bis mehrere Meter hoch. Ihre Stämme sind graubraun und tragen Reste abgestorbener Blätter. An den Zweigenden stehen dichte Rosetten sehr starrer langer Blätter. Diese sind schmal, scharf zugespitzt, häufig blaugrün oder graugrün. An ihren Rändern hängen lange eingerollte Fasern.

Die Blüten hängen in einem dichten verzweigten Blütenstand und erinnern an große weißliche Glocken, manchmal rosa oder purpurn getönt. Aus ihnen entstehen dicke längliche Früchte ungefähr von der Größe einer kleinen Gurke, gewöhnlich fünf bis elf Zentimeter lang. Junge Früchte sind grün und fleischig und innen in Kammern mit vielen Samen gegliedert. Später wird die Schale gelblichbraun, graubraun oder braun; das Fruchtfleisch wird fester.

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Yucca schidigera ist in den Wüsten und trockenen Vorgebirgen Südostkaliforniens und angrenzender Regionen heimisch. Besonders typisch ist die Art für die Mojave- und Sonora-Wüste, steinige Hänge, Ebenen zwischen Kreosotsträuchern und trockene Flächen rund um den Joshua Tree National Park.

An geeigneten Stellen ist die Yucca schon von Weitem sichtbar und kann in Gruppen wachsen; in anderen Wüstentälern steht sie nur vereinzelt. In feuchten nördlichen Wäldern und den Auen von Sacramento kommt sie in der Natur nicht vor. Am gleichen Standort wachsen auch andere Yucca-Arten, deren Nahrungsgeschichte nicht immer gleich ist.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Die harten Blätter sind das ganze Jahr über vorhanden, aber kein essbares Grün. Die Blüte beginnt meistens im Frühjahr, ungefähr im April oder Mai; in manchen Jahren verschieben sich diese Termine.

Nach der Blüte wachsen Früchte heran. Im Sommer bleiben sie zunächst grün und bekommen gegen Ende des Sommers eine bräunliche Färbung. Die National Phenology Network beschreibt eine Yucca-schidigera-Frucht als reif, sobald ihre Außenseite ledrig, braun oder graubraun wird. Die entsprechende Saison fällt vor allem auf das Ende des Sommers und den Frühherbst.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Fruchtfleisch reifer Früchte. Der historische Überblick des USDA Forest Service erwähnt ausdrücklich, dass indigene Bewohner des amerikanischen Südwestens die Früchte der Mojave-Yucca roh aßen. Vor dem Essen wurde die bittere Schale entfernt und das fleischige Innere der reifen Frucht verwendet. Eine grüne, noch heranwachsende Frucht und vollständig reifes Fruchtfleisch sind verschiedene Stadien und dürfen nicht gleichgesetzt werden. Eine Publikation der University of California Agriculture and Natural Resources erwähnt ebenfalls, dass die äußere Schale häufig bitter war und vor dem Essen entfernt wurde.

Fruchtfleisch ist nicht dasselbe wie Samen. In reifen Früchten liegen viele feste dunkle Samen. Aus der Essbarkeit des Fruchtfleischs folgt nicht automatisch, dass rohe Samen als eigenständige Nahrung geeignet sind. Historisch wurde auch Mehl aus den Samen gewonnen; dieser Abschnitt behandelt jedoch nur das ausdrücklich belegte rohe Fruchtfleisch.

Die stacheligen Blätter und der untere Rosettenteil sind nicht für denselben Rohverzehr bestimmt. Ihre Härte und langen scharfen Spitzen helfen bei der Artbestimmung, machen sie aber nicht zu geeignetem Salatgrün.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Die Mojave-Yucca ähnelt mehreren anderen Yucca-Arten. Beim Joshua Tree Yucca brevifolia sind Silhouette und Blätter anders; die Bananen-Yucca Yucca baccata wächst anders, und ihr Fruchtansatz und ihre Nahrungsverwendung müssen gesondert betrachtet werden.

Bei Yucca schidigera betrachtet man mehrere Merkmale zusammen: sehr harte Blätter mit faserigen Rändern, den dicken Stamm, den kompakten Blütenstand und die länglichen Früchte mit bräunlich-ledernder Schale. Weder eine ähnliche Blattrosette noch das Wort „Yucca“ allein bestätigen eine sichere Bestimmung. Faulige oder beschädigte Früchte werden nicht verwendet.

QUELLEN

- USDA Forest Service, Yucca schidigera: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/yucsch
- University of Arizona Campus Arboretum, Yucca schidigera: https://apps.cals.arizona.edu/arboretum/taxon.aspx?id=1153
- USA National Phenology Network, Yucca schidigera: https://mynpn.usanpn.org/npnapps/species/Yucca/schidigera
- UC ANR, Know What You Grow — Native Mojave Yucca: https://www.ccfruitandnuts.ucanr.edu/sites/default/files/2025-04/FactSheet_Native_Mojave%20Yucca_2022.08.24.pdf

Jujube — Chinesische Dattel mit süßen Herbstfrüchten an dornigen Zweigen · Ziziphus jujuba

Ziziphus jujuba

Gegen Ende des Sommers reifen an alten Häusern und in Gärten der warmen Gegenden Kaliforniens kleine ovale Früchte: zunächst hellgrün, dann braun gefleckt und schließlich fast kastanienbraun. Im knackigen Reifestadium erinnert ihr Geschmack an einen süßen Apfel; angetrocknet ähneln sie Datteln. Dies ist die Jujube, auch Chinesische Dattel genannt, ein asiatischer Baum, der seit Langem in kalifornischen Gärten kultiviert wird. Essbar sind frische vollreife Früchte sowie Früchte, die am Baum auf natürliche Weise angetrocknet sind.



Ziziphus jujuba mit glänzenden dreinervigen ovalen Blättern, teils paarigen Dornen und ovalen grün-braunen reifen Früchten

Tokyo Watcher (English Wikipedia) · CC BY-SA 3.0 · Wikimedia Commons

SO ERKENNT MAN DIE PFLANZE

Meist ist es ein niedriger laubabwerfender Baum mit ausladender Krone, drei bis acht Meter hoch, und im Zickzack verlaufenden Seitenzweigen. An den jungen Trieben mancher Sorten sind paarige Dornen zu erkennen: Einer ist länger, der andere kürzer und gebogen.

Die wechselständigen Blätter sind klein, glänzend, oval bis eiförmig, mit drei deutlich hervortretenden Adern, die von der Blattbasis zur Spitze verlaufen; der Rand ist fein gezähnt. Im Frühsommer erscheinen in den Blattachseln kleine grünlich-gelbe Blüten mit fünf Kronblättern, die aus der Entfernung kaum auffallen.

Später entwickeln sich ovale Steinfrüchte, normalerweise zwei bis vier Zentimeter groß. Unter der dünnen glatten Schale liegt weißliches, festes Fruchtfleisch; in der Mitte befindet sich ein einzelner harter länglicher Stein.



Ziziphus jujuba mit glänzenden dreinervigen ovalen Blättern, teils paarigen Dornen und ovalen grün-braunen reifen Früchten

Satish Krishnamurthy · CC BY 2.0 · Wikimedia Commons

WO DIE PFLANZE IN KALIFORNIEN WÄCHST

Die Jujube gehört nicht zur heimischen Wildflora Kaliforniens. Man kultiviert sie in warmen Tallagen, auch im Raum Sacramento und in Solano County sowie weiter südlich. Die University of California beschreibt die Ernte von Bäumen in privaten Gärten von Solano County.

Selbstaussaat und alte aufgegebene Pflanzungen sind möglich. Es liegen jedoch keine Belege vor, die es erlauben würden, die Jujube als verbreiteten verwilderten Baum des Bundesstaats zu bezeichnen. Bei der Suche nach essbaren Pflanzen darf man einen Obstbaum in einem fremden Garten nicht als frei zugängliche Nahrungsquelle behandeln.

WANN ESSBARE TEILE VERFÜGBAR SIND

Im späten Frühjahr oder Frühsommer öffnet der Baum seine kleinen Blüten. Danach wachsen die Früchte während der warmen Monate heran. Im Klima von Sacramento beginnt die Reife häufig im August und setzt sich im September fort; späte Sorten tragen im Herbst.

An den Zweigen können gleichzeitig grüne feste, braun gefleckte knackige und runzlige vollständig reife Früchte hängen. Der Geschmack verändert sich mit dem Reifestadium: Die grüne Frucht ist wenig süß, eine braun werdende Frucht zuckerreicher.

WAS MAN OHNE FEUER ESSEN KANN

Vollständig reife Früchte. In ihrem saftig-knackigen Stadium isst man das Fruchtfleisch roh um den einzelnen harten Stein herum, ähnlich wie bei einem kleinen Apfel. Wenn eine Frucht am Zweig auf natürliche Weise runzlig geworden ist, lässt sie sich ebenfalls ohne Zubereitung essen: Sie ist trockener und erinnert in ihrer Konsistenz an eine Dattel.

Den harten Stein beißt man nicht auf und isst ihn nicht zusammen mit dem Fruchtfleisch. Die Jujube ist als süße Nahrung praktisch, weil weder Kochen noch Braten oder zugesetzter Zucker nötig sind.

Junge Blätter und Zweige sind in den hier verwendeten artspezifischen Nachschlagewerken nicht als rohe Nahrung bestätigt. Sie verbleiben am Baum.

WIE MAN VERWECHSLUNGEN VERMEIDET

Ähnliche kleine Steinfrüchte gibt es auch bei Zierpflanzen. Die Jujube unterscheidet sich jedoch durch Blätter mit drei kräftigen Adern von der Basis aus, kleine grünliche Blüten und ovale Früchte, die zunehmend braun werden.

Die echte Dattelpalme Phoenix dactylifera besitzt weder solche Blätter noch solche Zweige; ihre Datteln wachsen an einer Palme. Die Indische Jujube Ziziphus mauritiana ähnelt ihr in den Früchten, ist aber eine andere Art mit abweichender Blattbehaarung und Wuchsform.

Kann man einen Baum ohne seine charakteristischen Blätter und Blüten nicht bestimmen, sind einzelne braune Früchte kein ausreichender Beweis für seine Identität.

QUELLEN

- https://ucanr.edu/blog/under-solano-sun/article/jujube
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Ziziphus+jujuba
- https://www.ars.usda.gov/arsuserfiles/20220500/onlinepollinationhandbook.pdf

Wasser

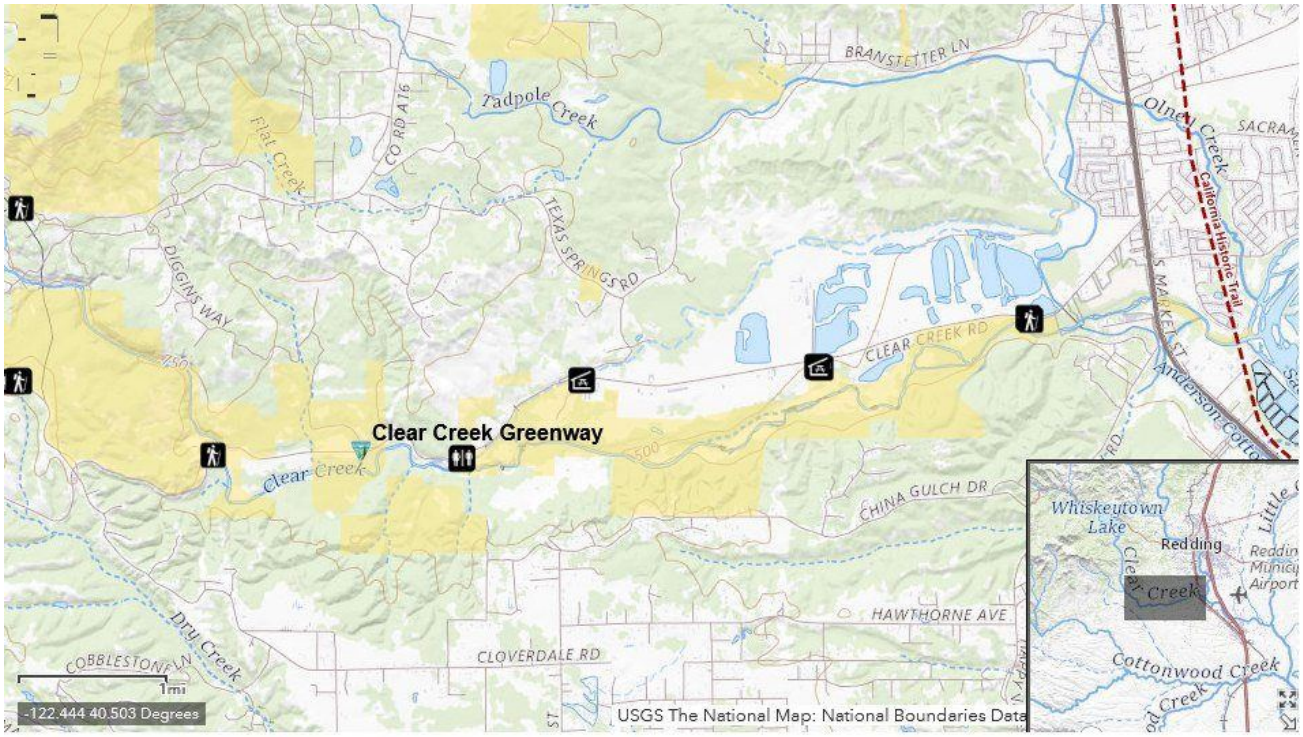
Die Wintu — die Bäche, an denen sie lebten und Wasser holten

Clear Creek und die Bergtäler Nordkaliforniens

Im Westen des heutigen Shasta County erstrecken sich bewaldete Täler und Berghänge. Durch sie fließen Clear Creek, Willow Creek und andere Wasserläufe des oberen Sacramento-Einzugsgebiets. Für die Wintu gehörten diese Bäche zum täglichen Leben: In ihrer Nähe lagen Siedlungen, und das Wasser wurde zum Trinken, zur Zubereitung von Speisen und für andere häusliche Tätigkeiten genutzt.

Der US-amerikanische National Park Service hat diese Verbindung in dem historischen Beitrag „The Wintu“ über die Gebiete des heutigen Whiskeytown National Recreation Area beschrieben.

Siedlungen an den Bächen



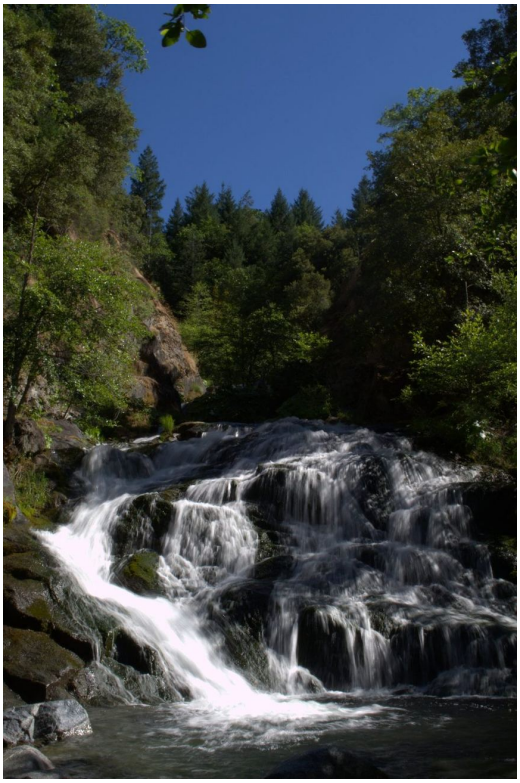
Die Wintu — die Bäche, an denen sie lebten und Wasser holten

United States Geological Survey (USGS). Public Domain US (USGS). Wikimedia Commons .

Eine der alten Siedlungen lag am Zusammenfluss von Clear Creek und Willow Creek, unweit des heutigen Camden House. In den historischen Unterlagen wird ihr Name als Soo’-yeh-choo’-pus wiedergegeben. Die Bachufer ermöglichten den Bewohnern den Zugang zu Wasser; die Flusstäler verbanden benachbarte Wohnorte und Orte, an denen natürliche Ressourcen gesammelt wurden.

Die Bäche waren nicht nur Trinkwasserquellen. Entlang des Clear Creek und des größeren Sacramento River verliefen die saisonalen Wanderungen der Lachse. Die Wintu fingen Fisch, und das Flusswasser wurde bei der Zubereitung von Nahrung sowie im gewöhnlichen Haushalt verwendet.

Winter in Wassernähe



Die Wintu — die Bäche, an denen sie lebten und Wasser holten

Greg Grossmeier, 2012. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Der Beitrag des National Park Service hält fest, dass die Wintu im Winter am Clear Creek und an anderen Bächen dieser Gegend lebten. Hier standen ihnen die Wasserläufe und nahe gelegene Orte zur Verfügung, die mehreren Generationen der Bewohner vertraut waren.

Von den Siedlungen führten Wege zu Stellen, an denen Eicheln, Pflanzen und andere Ressourcen gesammelt wurden. Das Wasser der Bäche war ein beständiger Bestandteil dieses natürlichen Zusammenhangs.

Sommer in den Bergen

Wenn die Hitze in den tiefer gelegenen Tälern stark wurde, zogen die Menschen höher hinauf, zum Shasta Bally und in andere Berge. In den Höhenlagen war es kühler; dort gingen sie auf die Jagd und sammelten saisonal verfügbare Pflanzen.

So veränderte sich die Lage der Siedlungen und saisonalen Lager im Jahresverlauf. Im Winter konzentrierte sich das Leben häufiger an den Bächen der Täler, im Sommer verlagerte es sich an höher gelegene Berghänge.

Eine vertraute Flusslandschaft

Heute unterscheidet sich die Gegend um Clear Creek deutlich von früher. Straßen, der Whiskeytown-Stausee und weitere Bauwerke sind hinzugekommen. Doch in den Tälern sind die Bachbetten und Bergbäche geblieben, die aus der historischen Beschreibung der Wintu bekannt sind.

Ein wesentlicher Aspekt dieses Zeugnisses ist einfach: Die Menschen waren nicht auf herangeschafftes Wasser angewiesen. Die Bäche ihrer Umgebung dienten als Quellen für Trinkwasser, das Zubereiten von Speisen und alltägliche Bedürfnisse. Die Kenntnis der saisonalen Aufenthaltsorte half dabei, sowohl in den Tälern als auch weiter oben in den Bergen zu leben.

Quelle: National Park Service, Whiskeytown National Recreation Area, „The Wintu“ — https://www.nps.gov/whis/learn/historyculture/the-wintu.htm.

Die Kumeyaay — wie sie mit Steinen Wasser in den Tälern zurückhielten

Traditionelle Rock-Drops auf dem Land der Campo Kumeyaay

Südkalifornien hat trockene Sommer und regenreiche Wintermonate. In kleinen Tälern floss das Wasser nach Regenfällen durch Bachbetten und trug dabei Bodenpartikel mit sich. Die Kumeyaay wussten, wie sich die Bewegung eines solchen Wasserstroms ohne Betonwände und Rohre verändern ließ: Sie legten kleine Gruppen großer Steine in Bächen an.

Diese Methode wird in einem gemeinsamen Bildungsprojekt der Campo Kumeyaay Nation und des National Museum of the American Indian der Smithsonian Institution beschrieben. Sie ist als Rock-Drop bekannt — eine steinerne Stufe im Weg des Wassers.

Wozu die Steine dienten



Die Kumeyaay — wie sie mit Steinen Wasser in den Tälern zurückhielten

Nelro2. Public Domain (author release). Wikimedia Commons .

Große Steine, die im Bachbett platziert wurden, hielten einen Teil des vom Wasser mitgeführten Bodens zurück und halfen, die Erosion der Ufer zu verringern. Das Wasser blieb länger nahe der Erdoberfläche. Der Bereich um die Steine wurde feuchter; dort konnten Pflanzen leichter wachsen, und Tiere fanden sich ein.

Der steinige Bach und die Vegetation bildeten ein zusammenhängendes System. Die Feuchtigkeit im Boden zu bewahren war nicht nur für einen einzelnen Regenfall wichtig, sondern auch für die lebendigen Bereiche des Tals, die auf die saisonale Wasserversorgung angewiesen waren.

Was über die Anlage eines Rock-Drops bekannt ist

1. Man wählte einen Abschnitt des Baches, durch den während der Regenzeit Wasser floss.
2. Im Bachbett wurde eine Gruppe großer Steine platziert. Gerade diese Steine bildeten den belegten Bestandteil der Anlage.
3. Bei abfließendem Wasser veränderten die steinernen Hindernisse die Strömung und verringerten den Abtrag von Boden.
4. In ihrer Nähe blieb die Feuchtigkeit länger erhalten und ermöglichte Pflanzen das Wachstum. Vögel und andere Tiere kamen an diese Stellen.

Dies beschreibt die wesentlichen Elemente der Methode, nicht die genaue Arbeitsanweisung eines bestimmten Erbauers. Die Quelle nennt weder eine vorgeschriebene Anzahl oder Größe der Steine noch die Reihenfolge, in der einzelne Steine gesetzt wurden.

Wer die Orte auswählte

Im historischen Bericht der Kumeyaay werden die *kuseyaay* erwähnt — Menschen mit besonderem Wissen über ihre Umwelt. Sie gaben unter anderem Ratschläge, wo Rock-Drops angelegt werden sollten. Solche Entscheidungen waren Teil eines umfassenderen Wissens über Niederschläge, Bachbetten und Pflanzenwuchs.

Paul Cuero Jr., ein Vertreter der Campo Kumeyaay, erklärte, dass die begrenzte Verfügbarkeit von Wasser Wissen darüber erforderte, wie man es bewahren konnte. Diese Methoden waren nicht von modernen Bohrungen tiefer Brunnen abhängig.

Wasser im Tal

Die steinernen Stufen dienten dazu, den oberflächlichen Abfluss zu beeinflussen und Feuchtigkeit in der natürlichen Umgebung zurückzuhalten. Sie waren weder Filter zur Desinfektion von Trinkwasser noch Behälter für dessen Transport. Ihr Zweck war ein anderer: mehr Wasser im Tal selbst zu bewahren.

Quelle: Campo Kumeyaay Nation gemeinsam mit dem Smithsonian National Museum of the American Indian, „About Our Homeland“, Abschnitt „Kumeyaay Environmental Management“ — https://americanindian.si.edu/environment/kumeyaay/Homeland.cshtml.

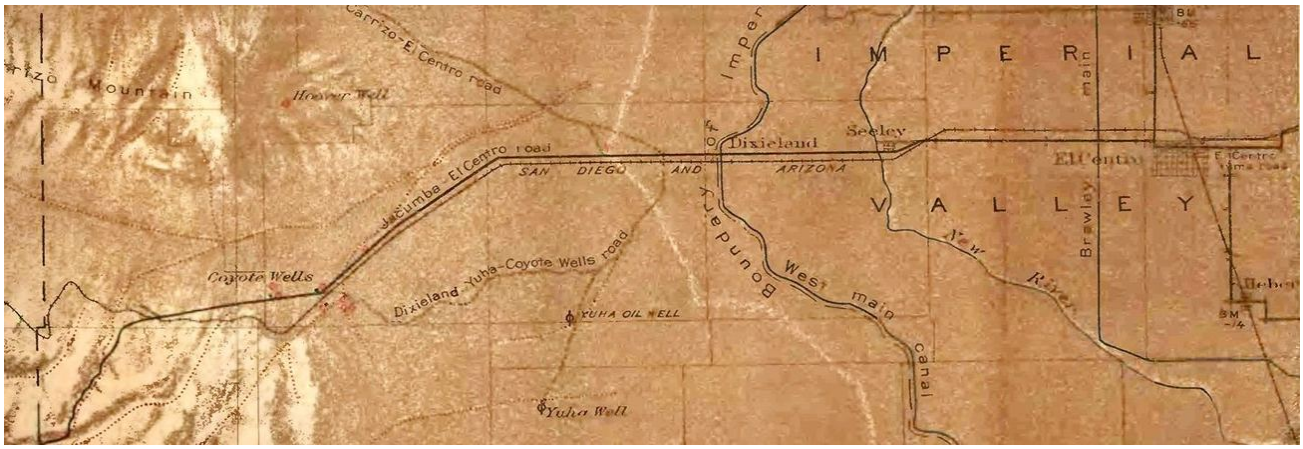
Die Kamia — Wüsten-Kumeyaay, die die Brunnen von Yuha kannten

Wie man im Sand Südostkaliforniens Wasser fand

In den trockenen Gebieten des heutigen Imperial County lebten die Kamia — eine mit den Kumeyaay verwandte Gruppe, die mit dem Tal des Colorado River und den Wüstengebieten östlich der Berge von San Diego verbunden war. Ihre Kenntnis natürlicher Wasserquellen erwies sich im Frühjahr 1774 als besonders wichtig, als die Expedition von Juan Bautista de Anza die Wüste durchquerte.

Wo sich das Wasser befand. Im Sand der Yuha-Wüste waren Brunnen bekannt, die später Yuha Wells oder Santa Rosa de las Lajas genannt wurden. Sie lagen nordwestlich des Mount Signal innerhalb des heutigen Kaliforniens. Für Menschen, die die Wüste durchquerten, waren sie ein Ort, den sie gezielt ansteuerten.

Wer die Quelle nutzte. In einer historischen Aufzeichnung über die Yuha-Brunnen steht ausdrücklich, dass sie von den Kamia genutzt wurden. Im März 1774 zeigten sie den Kundschaftern von Anza diesen Ort.



Die Kamia — Wüsten-Kumeyaay, die die Brunnen von Yuha kannten

United States Geological Survey. Public domain (U.S. government). Wikimedia Commons .

Wie man an das Wasser gelangte. Das Wasser lag nicht als großer offener See vor. Es wurde aus Erdbrunnen gewonnen. Die Aufzeichnungen der Expedition berichten, dass die Brunnen geöffnet und freigeräumt werden mussten, um Wasser zu schöpfen. Beim Besuch im Dezember 1775 arbeiteten die Menschen von ihrer Ankunft bis zum Mittag des folgenden Tages daran, den Zugang zum Wasser herzustellen. Danach lieferten die Brunnen Trinkwasser.

Welche Rolle der Sand spielte. In der Wüste konnten Wasserquellen unter der Oberfläche eines trockenen Bachbetts oder in sandigem Boden verborgen sein. Die Menschen kannten nicht nur die Richtung ihres Weges, sondern auch die Stellen, an denen Wasser unterirdisch erhalten blieb. Wer sich einem bekannten Brunnen näherte, konnte das Wasser erreichen, indem der Zugang freigelegt wurde.

Wann. Die Expedition dokumentierte die Nutzung der Brunnen am 8. März 1774 und vom 11. bis zum 15. Dezember 1775. Diese Daten bezeichnen historische Besuche und nicht die einzige Jahreszeit, in der die Kamia diese Quelle nutzten.



Die Kamia — Wüsten-Kumeyaay, die die Brunnen von Yuha kannten

Verdelunar. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Was die Karte zeigt. Auf einer USGS-Karte aus dem Jahr 1920 sind die Yuha Wells und weitere Wasserstellen im Wüstengebiet des Imperial County verzeichnet. Die Karte hält die Lage der Brunnen in der natürlichen Landschaft Kaliforniens fest.

Historische Quellen:

- California Historical Marker, „Yuha Well“: https://nrm.dfg.ca.gov/FileHandler.ashx?DocumentID=8661
- Juan Bautista de Anza National Historic Trail, „Wells of Santa Rosa / Yuha Well“: https://home.nps.gov/juba/learn/historyculture/california-anza-trail-sites.htm
- „The Kumeyaay Way“, Informationen zur Beziehung zwischen Kamia und Kumeyaay: https://www.kumeyaay.info/kumeyaay_way/.

Ohlone und Coast Miwok — geflochtene Wasserbehälter

Wie Körbe aus Pflanzen Teil des Alltags an der Bucht von San Francisco wurden

An den Ufern der Bucht von San Francisco und entlang der benachbarten Küste lebten seit langer Zeit Gemeinschaften der Ohlone und der Coast Miwok. Für ihre alltäglichen Bedürfnisse fertigten sie Körbe aus Pflanzenmaterial. Diese Gegenstände hatten unterschiedliche Funktionen: Einige dienten zur Aufbewahrung von Nahrungsmitteln, andere zur Speicherung von Wasser.

In der historischen Übersicht „Ohlones and Coast Miwoks“ des National Park Service wird ausdrücklich erwähnt, dass Körbe für Nahrung und Wasser hergestellt wurden. Solche Gefäße gehörten zum Leben der Siedlungen, in deren Umgebung die Pflanzen die Materialien zum Flechten lieferten.

Wozu ein Gefäß gebraucht wurde



Ohlone und Coast Miwok — geflochtene Wasserbehälter

Anza Trail National Park Service; basket by Linda Yamane. Public Domain US (Bundesfoto; separate Rechte am Kunsthandwerk möglich). Wikimedia Commons .

Wasser war in Bächen, an Quellen und an anderen natürlichen Orten zu finden. Es musste jedoch dorthin gebracht werden, wo die Menschen lebten und ihre Vorräte lagerten. Dazu verwendeten sie tragbare Gefäße. Ein Korb aus Naturmaterial konnte zusammen mit anderen aus Pflanzen gefertigten Gegenständen zum Hausrat gehören.

Anders als eine schwere steinerne Schale war ein geflochtener Behälter beweglich. Er konnte beim Wechsel zwischen Lagerplätzen mitgenommen, neben anderen Vorräten aufbewahrt oder innerhalb der Siedlung genutzt werden.

Wo die Korbflechter lebten

Südlich der Meerenge Golden Gate lagen die Gebiete verschiedener Ohlone-Gruppen bis hinunter zur Küste von Monterey. Nördlich davon, im heutigen Marin County und im südlichen Sonoma County, lebten Gemeinschaften der Coast Miwok. Zu ihren Siedlungsorten gehörten die Ufer der Bucht, Küstenlagunen und Bereiche an Bächen.

Die Familien nutzten dauerhafte und saisonale Siedlungen. An jedem dieser Orte erleichterten geflochtene Gegenstände den Umgang mit den alltäglichen Vorräten.

Was bis heute erhalten geblieben ist

Die Tradition des Flechtens wird von heutigen Kunsthandwerkerinnen und Kunsthandwerkern der Ohlone fortgeführt. So fertigte die Rumsen-Ohlone-Künstlerin Linda Yamane einen Korb, der 2014 dem Presidio Officers’ Club in San Francisco übergeben wurde. Auf einer Fotografie des National Park Service ist ein echter moderner Korb dieses Volkes zu sehen.

Der auf dem Foto abgebildete Gegenstand ist nicht als Wassergefäß ausgewiesen. Das Bild zeigt die lebendige Tradition des Flechtens mit Pflanzenmaterial. Die historische Verwendung von Wasserkörben wird unabhängig davon durch den Text des National Park Service belegt.

Geflochtene Wasserbehälter gehörten zu einem über viele Jahrhunderte entwickelten Wissen über Pflanzenmaterialien. Die historische Übersicht hält ihre Funktion fest, beschreibt jedoch weder die genaue Form oder Größe eines Wasserkorbs noch das Verfahren, mit dem einzelne Korbflechter erreichten, dass er Flüssigkeit zurückhalten konnte.

Historische Quelle: National Park Service, „Ohlones and Coast Miwoks“, Abschnitt über das Alltagsleben — https://home.nps.gov/goga/learn/historyculture/ohlones-and-coast-miwoks.htm.

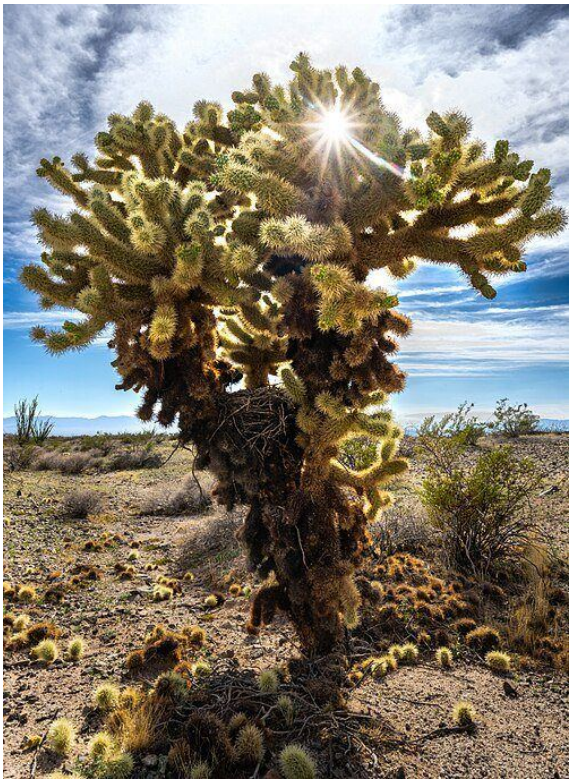
Die Chemehuevi — Wasser in natürlichen Felsbecken der Wüste

Tinajas und der Weg durch die Mojave-Wüste

In der trockenen Mojave-Wüste befand sich Wasser nicht immer in der Nähe einer Siedlung. Reisende kannten Quellen, kleine Wasserstellen und Vertiefungen im Fels, in denen sich nach Regenfällen Wasser hielt. Solche natürlichen steinernen Wasserbecken werden im Südwesten *Tinajas* genannt.

Die Chemehuevi besaßen ein Netz von Wegen zwischen dem Colorado River und den westlichen Teilen der Wüste. Sie erinnerten sich an die Namen der Wasserstellen und richteten ihre Reisen nach der Verfügbarkeit von Wasser aus. Einige Quellen führten dauerhaft Wasser, andere waren von den jüngsten Regenfällen abhängig.

Wie ein Felsbecken Wasser zurückhielt



Die Chemehuevi — Wasser in natürlichen Felsbecken der Wüste

Jesse Pluim, Bureau of Land Management California. Public Domain US (federal employee). Wikimedia Commons .

Die Vertiefungen im Fels entstanden auf natürliche Weise. Nach einem Regen floss das Wasser über den Stein in eine tiefer gelegene Mulde und blieb dort, bis es verdunstete oder durch Risse versickerte.

Ein solches Becken unterschied sich von einem gegrabenen Brunnen: Wände und Boden bestanden bereits aus festem Fels. In Bergschluchten konnten sich manchmal mehrere Vertiefungen auf unterschiedlichen Höhen befinden.

Wasserstellen auf dem Weg

Ein Forschungsbericht, der sich auf die Zeugnisse von George Laird und Matavium stützt, hat einen Weg der Chemehuevi durch die Wüste überliefert. Vom Ufer des Colorado führte der Weg zum Ort Muhunangkavikyavo’o — Owl Ear Tank. Danach werden Paasa, auch Piute Spring genannt, und Tooyagah, auch Rock Spring genannt, erwähnt.

Jede dieser Stellen war nicht nur für sich genommen wichtig, sondern als Teil einer langen Reise. Familien, die langsamer unterwegs waren, wählten Wege mit kürzeren Abständen zwischen den Quellen. Mataviums Bericht hält fest, dass die Reisezeit mit der Wassermenge in den wenigen Quellen in Zusammenhang gebracht wurde.

Wie das Wasser transportiert wurde

Wo der Weg zwischen den Wasserstellen verlief, wurde Wasser in Gefäßen mitgenommen. Ein historisches Zeugnis berichtet, dass man die Wasserbehälter in einen Tragekorb oder ein Netz stellte.

Die natürlichen Felsbecken boten jedoch keinen unbegrenzten Vorrat: Nach Regen konnten sie sich füllen und später wieder austrocknen. Deshalb war das Wissen über ihre Lage und ihren Zustand besonders wichtig.

Die Chemehuevi merkten sich nicht nur die Richtung eines Pfades. In ihrem Gedächtnis bewahrten sie eigene Namen für Quellen, Wasserbecken und Durchgänge zwischen den Bergen. So bestand die Wüste für sie nicht aus zufälligen Punkten, sondern aus bekannten Orten entlang ihrer Wege.

Historische Quelle: „SES Solar One — Cultural Resources, Data Request 102“ (2010), Abschnitt über die Wege der Chemehuevi, S. 16–17, Zeugnisse von Matavium und George Laird — https://efiling.energy.ca.gov/GetDocument.aspx?DocumentContentId=47511&tn=55663.

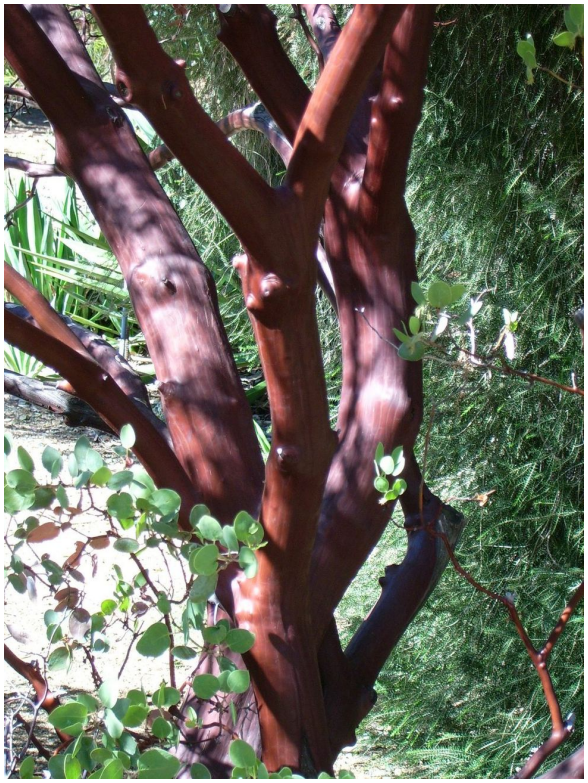
Die Karuk — wie sie ein kaltes Getränk aus Manzanita-Beeren zubereiteten

Pflanzen, Wasser und ein geflochtener Korb

Im Tal des Klamath River war Manzanita ein vertrauter Strauch mit essbaren Früchten. Seine Beeren wurden gesammelt, getrocknet und für Zeiten aufbewahrt, in denen keine frische Ernte mehr verfügbar war. Doch die Karuk kannten noch eine andere Verwendung der Früchte: Sie bereiteten daraus ein Getränk, für das weder ein Feuer noch das Abkochen des Wassers nötig war.

In dem vom Volk der Karuk selbst herausgegebenen Buch „Uxraah: Native Edible Berries“ werden das Sammeln der Früchte, das Trocknen in Körben und die Zubereitung eines Getränks mit Wasser beschrieben.

Die Beeren sammeln



Die Karuk — wie sie ein kaltes Getränk aus Manzanita-Beeren zubereiteten

Burkhard Mücke. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Manzanita-Früchte wachsen in kleinen, rundlichen Trauben zwischen festen, immergrünen Blättern. Reife Früchte konnten von den Zweigen gepflückt werden. Die historischen Beschreibungen überliefern aber

auch eine andere Methode: Unter den Strauch stellte man einen Korb oder breitete ein Tuch aus und schüttelte die Beeren von den Ästen herunter.

Trocknen in der Sonne

Die gesammelten Beeren wurden auf einem flachen geflochtenen Korb verteilt, der muruk hieß. Darin trockneten sie in der Sonne. Zur Aufbewahrung verwendete man einen anderen Korb, den sípnuuk. Dank der Sonnentrocknung konnte ein Teil der Ernte auch nach der Sammelzeit als Vorrat dienen.

Wie das Getränk entstand

1. Man nahm die gesammelten Manzanita-Früchte.
2. Die Beeren wurden ins Wasser gegeben, damit sie ihren Geschmack an das Wasser abgaben.
3. Die Flüssigkeit trennte man von den Früchten, indem man das Getränk durch einen flachen, tellerförmigen Korb siebte.
4. Es war auch eine andere Vorgehensweise bekannt: Man ließ Wasser durch eine Schicht Beeren fließen, sodass es nach und nach deren Geschmack annahm.

So entstand ein Beerenwasser mit dem charakteristischen Geschmack der Manzanita. Bei diesem Verfahren wurde kein Feuer verwendet.

Die Beeren waren auch mit dem jahreszeitlichen Lebensrhythmus verbunden. Man sammelte sie zur Reifezeit, trocknete sie in flachen Körben und nahm sie später aus den Vorräten. Für das Getränk genügten Wasser und einfache pflanzliche Gegenstände, die bereits im Haushalt verwendet wurden.

Die gesamte Zubereitung erfolgte ohne Feuer: Die Beeren gaben ihren Geschmack an das Wasser ab, und ein geflochtener Korb half dabei, das fertige Getränk zu gewinnen.

Quelle: Karuk Tribe, „Uxraah: Native Edible Berries“ (2016), Abschnitt „Manzanita berry“ — https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf.

Die Nomlaki — wie sie Wasser aus einem Bach mit der hohlen Hand tranken

Eine kleine Einzelheit aus dem Leben in Nordkalifornien

Auf der Westseite des Sacramento Valley lebten die Nomlaki. Ihre Siedlungen lagen an Bächen und Quellen in den Ausläufern der Coast Ranges. Von ihrem alltäglichen Umgang mit Wasser ist ein ungewöhnlich genaues Zeugnis erhalten geblieben.

1951 veröffentlichte der Anthropologe Walter Goldschmidt seine „Nomlaki Ethnography“. Das Buch beruht auf Feldgesprächen, die in den 1930er-Jahren mit Nachkommen der Nomlaki geführt worden waren. Im Abschnitt über Wasser wird beschrieben, wie jemand direkt an einem Bach oder einer Quelle trank.

Wasser an einer natürlichen Quelle



Die Nomlaki — wie sie Wasser aus einem Bach mit der hohlen Hand tranken

Nickdp190. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Zum Trinken begab man sich an fließendes Wasser oder dorthin, wo Quellwasser aus dem Boden trat. Ein Gefäß war nicht immer nötig: Man konnte das Wasser mit der eigenen Hand zum Mund führen.

Die Bewegung der Hand

Die Person formte die Handfläche zu einer kleinen Schale, senkte sie ins Wasser und schöpfte eine geringe Menge. Anschließend hob sie die Hand zum Mund und trank aus der hohlen Hand.

Goldschmidt hielt ausdrücklich ein Detail fest: Man beugte das Gesicht nicht bis an die Wasseroberfläche hinunter. Das Wasser wurde zum Menschen angehoben, statt das Gesicht zum Bach zu senken.

Diese einfache Vorgehensweise erforderte weder eine Tonschale noch einen hölzernen Schöpflöffel oder ein geflochtenes Gefäß. Die Hand wurde für einen kurzen Moment selbst zur Schale.

Wann man Wasser trank

Die Quelle beschreibt das gewöhnliche Trinken am Bach, überliefert aber auch einen besonderen Brauch im Zusammenhang mit der Arbeit. Manche Gruppen — etwa Menschen, die zur Jagd oder zum Sammeln von Samen aufbrachen — verschoben das Trinken mitunter bis zum Ende der Tätigkeit oder bis zum Sonnenuntergang. Dies war ein Sonderfall und keine Beschreibung jedes alltäglichen Besuchs an einer Quelle.

Wo die Nomlaki lebten

Ihr traditionelles Gebiet lag westlich des Sacramento River Valley zwischen den Gegenden um Stony Creek und Cottonwood Creek. Dort flossen kleinere Wasserläufe aus dem Vorgebirge zum großen Fluss. Siedlungen konnten in der Nähe von Quellen und Bächen liegen.

Die Natur stellte Wasser bereit, und mit der hohlen Hand konnte man trinken, ohne ein eigenes Gefäß zu benötigen. Genau diese Bewegung und die Erwähnung von Bächen und Quellen sind in der Aufzeichnung aus dem 20. Jahrhundert erhalten geblieben.

Historische Quelle: Walter R. Goldschmidt, „Nomlaki Ethnography“ (1951), Abschnitt „Water“, gedruckte S. 411–412 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/82970.

Die Kawaiisu — geflochtene Wasserflaschen und ein besonderer Harzlöffel

Zwei Gegenstände aus der Geschichte der Korbflechterei in den Tehachapi Mountains

In den Bergsiedlungen der Kawaiisu in Südkalifornien fertigte man nicht nur Körbe für Samen, sondern auch Wasserflaschen aus dicht miteinander verflochtenen Pflanzentrieben an. Für diese Behälter war eine besonders enge Flechtung nötig, damit die Flüssigkeit nicht zwischen den Fasern hindurchfloss. In historischen Quellen sind sowohl die Wassergefäße selbst als auch ein ungewöhnliches Werkzeug überliefert: ein kleiner geflochtener Löffel für Kiefernharz.

Der Forscher Maurice Zigmond beschrieb diese Tradition in seinem Aufsatz „Kawaiisu Basketry“ (1978). Seine Untersuchung erläutert den Unterschied zwischen Körben für trockene Materialien und Gefäßen, die Wasser aufnehmen sollten.

Dichtes Flechtwerk



Die Kawaiisu — geflochtene Wasserflaschen und ein besonderer Harzlöffel

Dcrjsr, 8 Oct 2011. CC BY 3.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Als Grundlage vieler geflochtener Gebrauchsgegenstände der Kawaiisu dienten Weidenruten. Bei einer geflochtenen Wasserflasche fertigte man die Reihen des Geflechts besonders eng an. Anders als bei einem

gitterartigen Siebkorb versuchte man, zwischen den Pflanzenfasern möglichst wenig offenen Raum zu lassen.

Harz der Pinyon-Kiefer

Ein zweiter Bestandteil der historischen Technik war das Harz der Pinyon-Kiefer. Damit bedeckte man die Oberfläche des geflochtenen Gefäßes und verschloss kleine Zwischenräume in seiner pflanzlichen Wand. Auf diese Weise ließ sich ein wasserundurchlässigerer Behälter herstellen.



Die Kawaiisu — geflochtene Wasserflaschen und ein besonderer Harzlöffel

Dcrjsr, 4 Jul 2010. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Für diese Arbeit benutzte man einen besonderen geflochtenen Gegenstand — einen Harzlöffel. Das Museum der University of California in Davis bewahrt einen solchen Löffel unter der Bezeichnung san-na-que-ah-but-zy auf.

Wie man davon erfuhr

Clinton Hart Merriam besuchte Siedlungen der Kawaiisu in der Nähe des Piute Mountain. In seinen Feldaufzeichnungen sind Wasserkörbe und zwei Harzlöffel erwähnt, die er erwarb. Der Forscher beschrieb auch ihre Funktion: Heißes Kiefernharz wurde aus dem Löffel auf die geflochtenen Wasserflaschen gegossen.

Gerade dieses Detail unterscheidet die Verarbeitung des Harzes von Verfahren im Umgang mit Wasser, die keine Erhitzung erfordern. Der historische Gegenstand wurde für die Arbeit mit heißem Material verwendet.

Wassergefäß und Werkzeug

Die Flasche und der Harzlöffel erfüllten unterschiedliche Aufgaben, stammten aber beide aus der Tradition der Pflanzenflechterei der Kawaiisu. Die Flasche diente zum Aufbewahren und Tragen von Wasser, der Löffel zur Behandlung ihrer Wände.

Neben anderem örtlichen Pflanzenwissen zeigt diese Technik, wie die Eigenschaften der Weide und des Pinyon-Harzes in einem Gegenstand des täglichen Haushalts miteinander verbunden wurden.

Quellen: Maurice L. Zigmond, „Kawaiisu Basketry“ (1978), S. 200–201 — https://escholarship.org/uc/item/3dw6f08j; UC Davis Department of Anthropology Museum, „Kawaiisu Resin Spoon, San-na-que-ah-but-zy“ (2016) — https://anthromuseum.ucdavis.edu/news/february-5-2016-kawaiisu-resin-spoon-san-na-que-ah-zy.

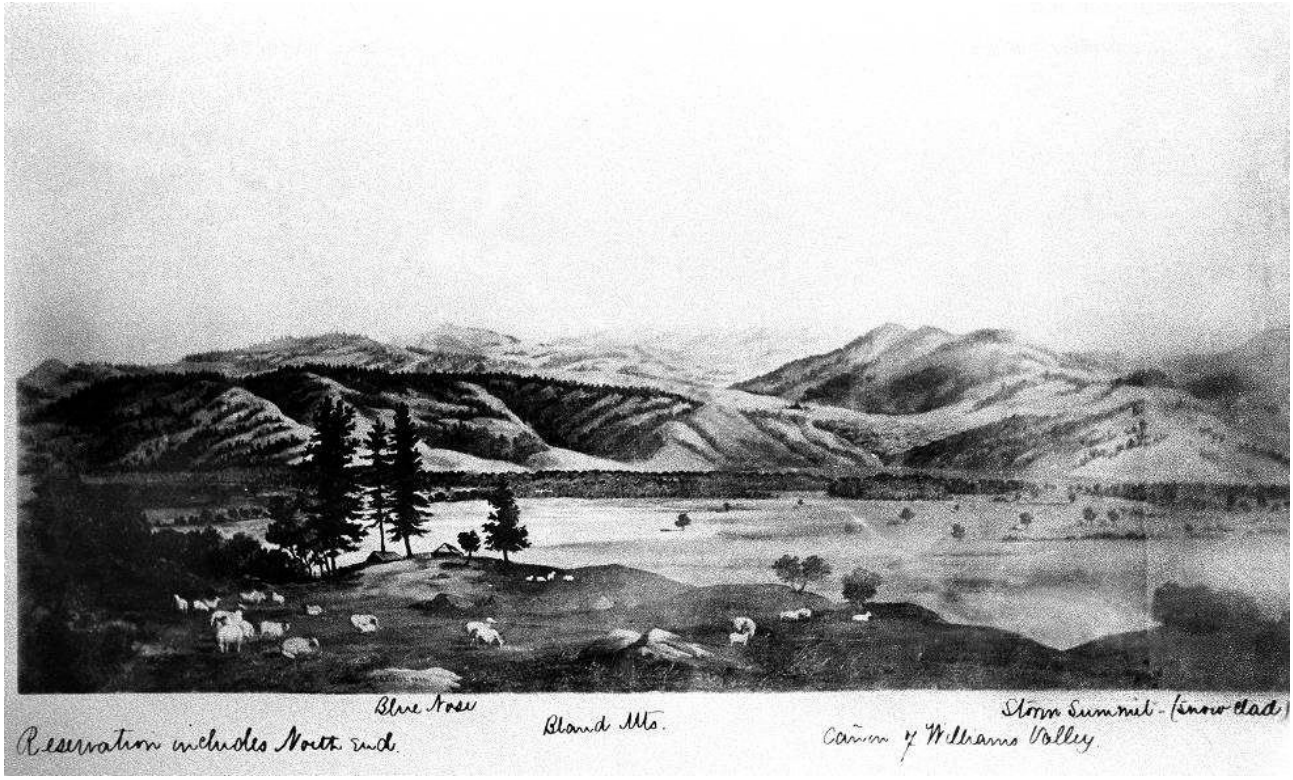
Die Yuki — wie sie natürliche Quellen in Nordkalifornien pflegten

Wasser, Erde und Steine im Gebiet von Round Valley

In den Bergen und Tälern Nordkaliforniens kannten die Yuki die Stellen, an denen Wasser von selbst aus dem Boden trat. Zu solchen Quellen gingen sie, um Trinkwasser zu holen. Einige Wasserstellen lagen nicht unmittelbar neben den Häusern, sondern in einer Entfernung, die zu Fuß zurückgelegt werden musste.

1944 veröffentlichte der Anthropologe George Foster ausführliche Aufzeichnungen über das Leben der Yuki, die er bei Feldforschungen gesammelt hatte. In seinem Werk „A Summary of Yuki Culture“ ist ein Zeugnis darüber erhalten geblieben, wie die Menschen ihre Wasserstellen pflegten.

Eine Quelle, die von den Bewohnern genutzt wurde



Die Yuki — wie sie natürliche Quellen in Nordkalifornien pflegten

Photographer unknown; archival copy, Dorothy Morehead Hill Collection CSU Chico / Indian Office. Public Domain US (US federal government label on Wikimedia Commons). Wikimedia Commons .

Die Quellen gehörten zum Umfeld der Yuki-Siedlungen. Die Menschen kannten ihre Lage und hielten die Vertiefungen instand, aus denen sie Wasser schöpften. Eine gute Quelle wurde hoch geschätzt, und ihr Wasser zog man dem Wasser aus einem Fluss oder einem gewöhnlichen Brunnen vor.

Foster berichtet eine Begebenheit aus der Familie von Ralph Moore. Dessen Vater wollte kein Wasser aus einer Pumpe trinken. Stattdessen ging er ungefähr eine halbe Meile — etwa 800 Meter — zu seiner bevorzugten Quelle. So blieb ein vertrauter natürlicher Wasserort auch in einer Zeit wichtig, in der es bereits Pumpen gab.

Was man an der Quelle tat

1. Man reinigte die Quellmulde von angesammeltem Material, das den Zugang zum austretenden Wasser erschwerte.
2. War das Wasser wegen der geringen Tiefe schwer zu schöpfen, vertiefte man das Quellbecken.
3. Die Ränder der Mulde wurden mit Steinen ausgelegt, die man in der Umgebung fand. Die Steineinfassung half, die Form der kleinen Wasserstelle zu erhalten.

So entstand ein offenes Quellbecken, das mit dem natürlichen Austritt des Wassers an der Oberfläche verbunden war. Für dieses Verfahren verwendete man den vorhandenen Boden und natürliche Steine.

Wo sich die Quellen befanden

Der Bericht bezieht sich auf das Gebiet der Yuki im Norden des heutigen Mendocino County, darunter die Gegend um Round Valley. Zwischen Bergen und bewaldeten Hängen gab es dort zahlreiche kleine Wasserstellen. Die Bewohner benachbarter Siedlungen kannten ihre Lage.

Auch eine historische Panoramaaufnahme von Round Valley und den umliegenden Hügeln ist erhalten geblieben. Sie zeigt die natürliche Landschaft des Tals, in dem die Yuki lebten.

In Fosters Beschreibung war eine Quelle keine zufällige Pfütze nach einem Regen, sondern ein bekannter Ort, um den man sich kümmerte: Man reinigte ihn, vertiefte ihn bei Bedarf und erhielt seine Einfassung aus Steinen.

Historische Quelle: George M. Foster, „A Summary of Yuki Culture“ (1944), gedruckte S. 173 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/84123/files/ucar005-004.pdf.

Die Yurok — die Quelle We’itspek, aus der sie Trinkwasser holten

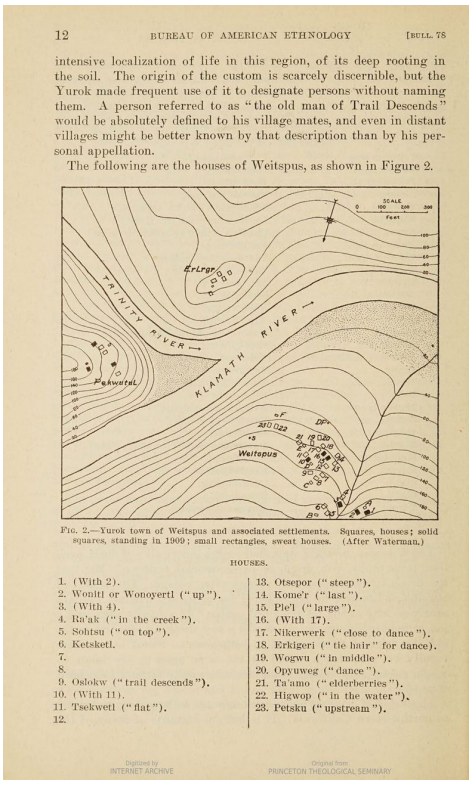
Die Siedlung Weitspus am Zusammenfluss von Klamath und Trinity

Im Nordwesten Kaliforniens vereinigen sich zwei große Flüsse, der Klamath und der Trinity, zwischen bewaldeten Bergen. Nahe ihrem Zusammenfluss lag die Yurok-Siedlung Weitspus. Im Jahr 1920 veröffentlichte der Ethnograf Thomas Talbot Waterman eine detaillierte Aufzeichnung über örtliche Namen, Häuser und Wasserquellen. Unter diesen Orten beschrieb er eigens eine kleine Quelle namens We’itspek.

Zwei ähnliche Namen

Der Name Weitspus bezeichnete die Siedlung, We’itspek hingegen vor allem die Quelle in ihrer Nähe. Waterman hielt fest, dass die Bewohner diese beiden Namen in enger Verbindung miteinander

gebrauchten. In der historischen Aufzeichnung beziehen sie sich auf die Gegend am Zusammenfluss der beiden Flüsse.



12 BUREAU OF AMERICAN ETHNOLOGY [BULL. 78

intensive localization of life in this region, of its deep rooting in the soil. The origin of the custom is scarcely discernible, but the Yurok made frequent use of it to designate persons without naming them. A person referred to as "the old man of Trail Descends" would be absolutely defined to his village mates, and even in distant villages might be better known by that description than by his personal appellation.

The following are the houses of Weitspus, as shown in Figure 2.

FIG. 2.—Yurok town of Weitspus and associated settlements. Squares, houses; solid squares, standing in 1909; small rectangles, sweat houses. (After Waterman.)

HOUSES.

1. (With 2).
2. Wonitl or Wonoyertl ("up").
3. (With 4).
4. Ra'ak ("in the creek").
5. Sohtsu ("on top").
6. Ketsketl.
7.
8.
9. Oslokw ("trail descends").
10. (With 11).
11. Tsekwetl ("flat").
12.
13. Otsepor ("steep").
14. Kome'r ("last").
15. Pie'l ("large").
16. (With 17).
17. Nikerwerk ("close to dance").
18. Erkigeri ("tie hair" for dance).
19. Wogwu ("in middle").
20. Opyuweg ("dance").
21. Ta'amo ("elderberries").
22. Higwop ("in the water").
23. Petsku ("upstream").

Digitized by INTERNET ARCHIVE Original from PRINCETON THEOLOGICAL SEMINARY

Die Yurok — die Quelle We’itspek, aus der sie Trinkwasser holten

A. L. Kroeber. Public domain (1925). Wikimedia Commons .

Woher man Wasser holte

Durch die Siedlung verlief ein kleiner Bach. Trotz seiner Nähe hatten die Bewohner früher bevorzugt nicht aus diesem Bach Trinkwasser geholt. Stattdessen gingen sie zur Quelle We’itspek, die etwas oberhalb der Siedlung am Wasserlauf lag.

So gab es in der Nähe der Häuser unterschiedliche Wasserstellen: den großen Fluss, einen kleinen Bach und eine gesonderte Quelle. Im täglichen Umgang mit Wasser unterschieden die Bewohner diese Orte und wussten, wohin sie gerade für Trinkwasser gehen mussten.

Die Lage der Quelle

Die Quelle gehörte zu einem bestimmten Geländebereich bei Weitspus. Ihr Name blieb zusammen mit dem Namen der Siedlung erhalten, und die Wasserstelle ist auf Watermans historischer Skizze eingetragen. Das Dorf selbst erstreckte sich auf beiden Seiten eines kleinen Baches nahe dem Klamath.

Zur Zeit von Watermans Untersuchungen hatte sich die Gestalt einiger Ufer durch den Goldabbau bereits verändert. Deshalb sind historische Karten besonders wichtig, um die frühere Lage der Wasserstellen vor diesen Veränderungen zu verstehen.

Watermans Buch bewahrt eine einfache Einzelheit des Alltags: Zum Trinken wählten die Menschen eine vertraute kleine Quelle, obwohl unmittelbar bei ihren Häusern ein Bach floss.

Historische Quelle: T. T. Waterman, „Yurok Geography“ (1920), gedruckte Seite 257, Eintrag 21, und Karte 26 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/82790/files/ucp016-006.pdf. Eine historische Karte des

Gebietes von Weitspus wurde außerdem 1925 von A. L. Kroeber veröffentlicht — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Yurok_Town_of_Weitspus.jpg.

Die Miwok — wie sie aus kleinen geflochtenen Schöpfkörbchen tranken

Ein kleines Körbchen für Wasser und Manzanita-Getränke

In Mittel- und Nordkalifornien verwendeten die Miwok Pflanzenkörbe unterschiedlichster Größe. Darunter waren auch sehr kleine Gefäße, die man bequem in der Hand halten konnte. Aus solchen Körbchen trank man Wasser sowie ein Getränk aus Manzanita-Früchten.

Die Ethnografen Samuel Barrett und Edward Gifford beschrieben diese Gegenstände in ihrem 1933 veröffentlichten Werk „Miwok Material Culture“. Sie hielten die örtlichen Namen, die Form der Schöpfkörbchen, ihren Verwendungszweck und die Maße mehrerer Museumsstücke fest.

Woraus ein Schöpfkörbchen bestand



Die Miwok — wie sie aus kleinen geflochtenen Schöpfkörbchen tranken

Daderot, photo 15 Nov 2013; basket maker unidentified. CC0 1.0 Universal (photo dedicated to public domain). Wikimedia Commons .

Die Schöpfkörbchen wurden aus Pflanzenmaterial in dichter Spiraltechnik geflochten. Ruten oder Fasern verband man zu einem niedrigen, runden Gefäß mit offener Oberseite. Es unterschied sich deutlich von großen Körben, die zur Zubereitung und Aufbewahrung von Nahrung dienten.

Ein solches Gefäß ließ sich ans Wasser halten, um eine kleine Menge zu schöpfen und zum Mund zu heben. In der historischen Aufzeichnung wird ausdrücklich erwähnt, dass kleine Körbe zum Trinken von Wasser und Manzanita-Getränken verwendet wurden.

Wie diese Gefäße hießen

Verschiedene Miwok-Gruppen hatten eigene Bezeichnungen. Barrett und Gifford verzeichneten pulī’sa bei den Plains Miwok, pudī’sa bei den nördlichen Miwok, pūlī’ssa und sō’tonō bei den zentralen sowie pūla’kka bei den südlichen Miwok.

Die Namen unterschieden sich von Ort zu Ort, bezeichneten jedoch eine kleine Art von Flechtgefäß mit ähnlichem Verwendungszweck.

Maße echter Schöpfkörbchen

Im Museumsverzeichnis nannten die Ethnografen ein Schöpfkörbchen der nördlichen Miwok mit einem Randdurchmesser von ungefähr 168 Millimetern. Bei einem anderen Exemplar derselben Gruppe war eine Höhe von etwa 76 Millimetern verzeichnet.

Es gab weitere Größen, doch diese beiden Beispiele zeigen, dass es sich um kleine handliche Gefäße handelte. Man darf sie nicht mit den großen Körben verwechseln, in denen Nahrung mithilfe erhitzter Steine gekocht werden konnte.

Für welche Getränke

Mit dem Körbchen konnte man gewöhnliches Wasser trinken. Mit demselben Gegenstand ließ sich auch ein Getränk aus Manzanita schöpfen, das aus den Früchten des örtlichen Strauchs und Wasser hergestellt wurde. So entstand ein vielseitiges kleines Gefäß für den täglichen Gebrauch.

Dass Flechtgefäße unterschiedliche Formen hatten, war kein Zufall: Große Körbe eigneten sich für Vorräte und die Zubereitung von Nahrung, kleine hingegen zum Ausschenken und Trinken.

Was erhalten geblieben ist

Die Wissenschaftler beschrieben und fotografierten echte Schöpfkörbchen der Miwok. Mehrere Exemplare sind in ihren Tabellen unter Museumsnummern aufgeführt. Darüber hinaus blieben andere Miwok-Körbe bis heute erhalten. Ein Beispiel ist ein vor 1917 gefertigter Museumskorb, der im Oakland Museum of California aufbewahrt wird.

Dieses Museumsstück zeigt die authentische Flechttradition der Miwok. Ob genau dieser Korb zum Trinken von Wasser verwendet wurde, ist jedoch nicht nachgewiesen. Über die eigentlichen Wasserschöpfkörbchen berichtet die ethnografische Aufzeichnung.

Historische Quelle: S. A. Barrett und E. W. Gifford, „Miwok Material Culture“ (1933), Abschnitt „Techniques“, Beschreibung der Schöpfkörbchen, Tafelnummern und Maße — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/techniques.html.

Die Cahuilla — die abgestuften Erdbrunnen temakawomal

Wie man in der Wüste unter der Erde liegendes Wasser erreichte

In den trockenen Tälern Südkaliforniens kannten die Cahuilla Orte, an denen Wasser erhalten blieb, selbst wenn die Bachbetten austrockneten. An einigen Stellen trat es als natürliche Quelle an die Oberfläche. Anderswo musste man durch das Erdreich hinabsteigen, um das Wasser zu erreichen.

Die Wüsten-Cahuilla nannten solche Brunnen temakawomal — „Erd-Olla“. Dieser Name ist in der Geschichte der Augustine Band of Cahuilla Indians überliefert. Ihre Brunnen unterschieden sich von einer schmalen modernen Bohrung: Ein breiter Zugang führte über aufeinanderfolgende Stufen aus Erde nach unten. Ein Mensch konnte zu Fuß bis zum Wasser hinabsteigen, ohne einen langen Schöpfer an einem Seil verwenden zu müssen.

Wie ein temakawomal angelegt war



Die Cahuilla — die abgestuften Erdbrunnen temakawomal

C. C. Pierce (1861–1946). Public domain US (pre-1930). Wikimedia Commons .

1. Man suchte einen Standort, an dem sich unter der trockenen Erdoberfläche Grundwasser befand.
2. In den Boden grub man eine offene Vertiefung mit Stufen. Über diese Erdstufen stieg man unter das Niveau der umliegenden Wüste hinab.
3. Im unteren Teil führte der Weg zum Wasser. Dort, wo es an die Oberfläche trat, konnte man es unmittelbar schöpfen.
4. Wenn der Grundwasserspiegel sank, führte man den Abstieg tiefer fort. Die Erdstufen verlängerten den Zugang zum Wasser, ohne die natürliche Quelle selbst zu verändern.

Die offene Bauweise hatte eine weitere Besonderheit. Nach dem Bericht des Stammes konnten an solchen Brunnen auch Tiere trinken. Für die Menschen der Wüstensiedlungen waren dies bekannte, regelmäßig aufgesuchte Wasserstellen.

Wo die Brunnen lagen. Die Siedlungen der Cahuilla im Coachella Valley befanden sich in der Nähe von Bächen, Quellen und Gebieten, in denen Grundwasser durch das Erdreich zugänglich war. Mancherorts hob der Wasserdruck das Wasser selbst an die Oberfläche. Wo dies nicht geschah, legten die Menschen Zugänge aus Erdstufen an.

Eine historische Fotografie von Charles Chester Pierce aus der Zeit um 1903 zeigt einen Brunnen der Cahuilla bei Martinez. Auf dem Bild sind der Erdrand, eine kleine Vertiefung und dichter Pflanzenwuchs rund um die Wasserstelle zu erkennen.

Wasser und Erde bildeten hier zusammen ein Bauwerk: Der Boden stellte die Wände, ausgegrabene Stufen die Treppe, und die Wasserquelle blieb das Grundwasser der Wüste.

Quellen: Augustine Band of Cahuilla Indians, „History & Heritage“, Abschnitt „Water Wells“ — https://tribe.augustinetribe-nsn.gov/history-heritage/. Historisches Foto: Charles C. Pierce, CHS-2310 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Indian_well_at_Martinez,_showing_the_heavy_vegetation_around_it,_ca.1903_(CHS-2310).jpg.

Die Cahuilla — wie sie ein süßes Mesquite-Getränk zubereiteten

Menyikish pishpakhatem im Coachella Valley

Im heißen Coachella Valley wuchsen Mesquitebäume in der Nähe der Siedlungen der Wüsten-Cahuilla. Man erkannte sie an ihren kleinen paarigen Blättchen, hellen länglichen Blütenständen und den Schoten, die im Sommer reiften. Mesquite lieferte Nahrung, die ohne Feuer zubereitet werden konnte: Reife Früchte wurden frisch gegessen, und aus ihnen und Wasser stellte man ein süßes Getränk her.

Die Augustine Band of Cahuilla Indians hat dessen Namen bewahrt — menyikish pishpakhatem. In der Stammesgeschichte wird berichtet, dass dieses Getränk bei Kindern besonders beliebt war.

Wie man Mesquite sammelte



Die Cahuilla — wie sie ein süßes Mesquite-Getränk zubereiteten

Robb Hannawacker / Joshua Tree NPS. Public Domain US (NPS government work). Wikimedia Commons .

Die Blüten erschienen im Juni. Im Juli und August reiften die langen Schoten an den Bäumen. Während der Fruchtzeit sammelten die Cahuilla die süße Ernte: Man aß sie sofort, trocknete sie für Vorräte oder verarbeitete sie zu einem Getränk.

Wie man das Getränk aus den Schoten herstellte

1. Man sammelte vollständig gereifte Früchte des Honig-Mesquitebaums.
2. Die Schoten wurden zerdrückt, um eine süße Masse daraus zu gewinnen.
3. Die zerdrückten Früchte mischte man mit Wasser. Das Wasser verband sich mit dem süßen Inhalt der Schoten und wurde zu einem leicht dickflüssigen Getränk.
4. Das Getränk wurde frisch getrunken. Bei dieser Zubereitung waren weder Feuer noch Kochen erforderlich.

Zu derselben Tradition gehörte ein zweites Getränk, das aus den Blüten des Baumes gewonnen wurde. Gesammelte Blütenstände ließ man in der Sonne trocknen und legte sie danach in Wasser. So entstand eine erfrischende Flüssigkeit mit pflanzlichem Geschmack, ebenfalls ohne Erhitzen.

Mesquite war eng mit den Siedlungen der Wüsten-Cahuilla verbunden. Historischen Berichten von Forschenden zufolge lagen viele Dörfer in der Nähe dichter Mesquitebestände. Die Menschen wussten, wann die Blüten dieser Bäume erschienen und wann die Früchte zu reifen begannen.

Auf einer Fotografie aus der Oasis of Mara im Joshua Tree National Park sind die langen Schoten des Honig-Mesquitebaums zwischen den Blättern zu sehen. So sieht das Pflanzenmaterial aus, aus dem die Cahuilla menyikish herstellten.

Quelle des Stammes: Augustine Band of Cahuilla Indians, „History & Heritage“, Abschnitt „The Honey Mesquite Bean“ — https://tribe.augustinetribe-nsn.gov/history-heritage/. Fotografie: Robb Hannawacker,

Joshua Tree National Park, 2007 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Honey_Mesquite_(Prosopis_glandulosa)_beans;_Oasis_of_Mara.jpg.

Die Cahuilla — geflochtene nčat-Körbe zum Tragen von Wasser

Natürliche Wassergefäße aus dem Wüstenland Kaliforniens

In der Coachella-Wüste gehörte Wasser zum Leben jeder Cahuilla-Siedlung. Man holte es aus bekannten Quellen und Erdbrunnen. Um Wasser zu transportieren, konnten die Menschen Behälter ausschließlich aus Pflanzen herstellen: Verflochtene Stängel und Fasern bildeten feste Korbwände.

Die Augustine Band of Cahuilla Indians hat den Namen nčat — Korb — überliefert. Die Korbflechterinnen fertigten Gefäße und andere Flechtgegenstände in unterschiedlichen Größen. Einige dienten zum Sammeln von Samen und Früchten, andere wurden im Haus verwendet. Manche Körbe waren so dicht gearbeitet, dass man Wasser darin transportieren konnte.

Woraus man flocht



Die Cahuilla — geflochtene nčat-Körbe zum Tragen von Wasser

George Wharton James, CHS-3825. Public domain US. Wikimedia Commons .

Für die Körbe verwendete man natürliche Grashalme und feste pflanzliche Streifen. In David Prescott Barrows’ historischer Beschreibung von 1900 bestand der Kern einer Spiralreihe aus einem schmalen Bündel Gras. Den Arbeitsstreifen gewann man unter anderem aus Binsenstängeln oder fein gespaltenen Zweigen des Sumachs. Für ein solches Geflecht war kein künstlicher Werkstoff nötig.

Wie die Pflanzenreihen verbunden wurden

1. Aus mehreren Grashalmen stellte man ein schmales, langes Bündel zusammen — den Kern der ersten Reihe.
2. Ein dünnerer Pflanzenstreifen wurde fest um dieses Bündel gewickelt, während man es schrittweise in einer Spirale weiterführte.
3. Den Arbeitsstreifen führte man durch die benachbarte untere Reihe und schlang ihn danach erneut um das obere Bündel. Bei jedem solchen Durchgang wurden zwei Reihen verbunden.
4. Jede Schlinge zog man straff. Die benachbarten Reihen lagen immer enger aneinander, während die Korbwand nach und nach höher wurde.
5. Durch Fortsetzen der Spirale entstand ein Korb mit der gewünschten Tiefe. Bei der feinen Flechtarbeit der Cahuilla kamen auf einen Zoll — etwa 2,5 Zentimeter — fünf bis sieben Spiralreihen.

Dies ist die Spiraltechnik, die ein Beobachter in den Cahuilla-Siedlungen beschrieb. Dass man in besonders dicht geflochtenen Körben Wasser transportieren konnte, ist unabhängig davon in der Geschichte des Stammes Augustine überliefert.

Wie man die Körbe benutzte

Das an einer Quelle oder einem Brunnen geschöpfte Wasser wurde in einem geflochtenen Gefäß zum Lagerplatz getragen. Es gab noch andere natürliche Wasserbehälter und Zugänge: Im Gebiet der Wüsten-Cahuilla bestanden abgestufte Brunnen namens temakawomal, aus denen man Wasser für den täglichen Bedarf holen konnte.

Die historische Fotografie

Um 1900 fotografierte George Wharton James die Cahuilla-Korbflechterin Maria Los Angeles bei ihrer Arbeit. Auf dem Bild sind ein noch nicht fertiggestellter Flechtgegenstand in ihren Händen und vorbereitete Pflanzenmaterialien daneben zu erkennen.

Quellen:

- Augustine Band of Cahuilla Indians, „History & Heritage“, „Basket-Makers“ — https://tribe.augustinetribe-nsn.gov/history-heritage/
- David Prescott Barrows, „The Ethno-Botany of the Coahuilla Indians of Southern California“ (1900), „Baskets and Basket-Making“, S. 42–44 — https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/d/d1/The_ethno-botany_of_the_Coahuilla_Indians_of_Southern_California_%28IA_ethnobotany00barrrich%29.pdf.

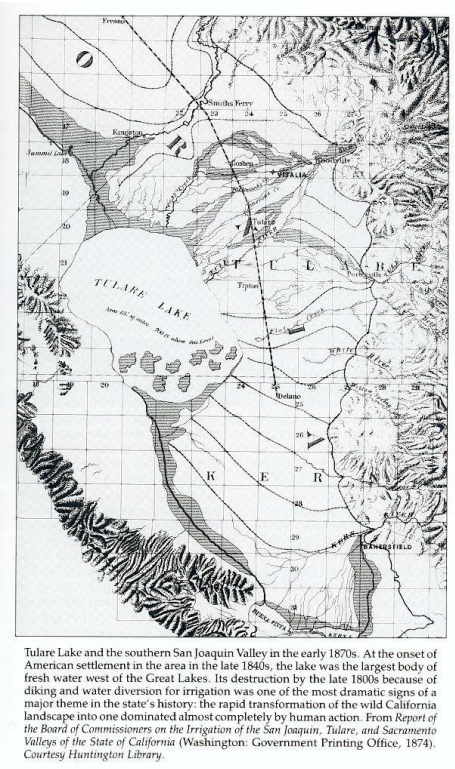
Die Tachi Yokuts — eine Wasserflasche ah’ch aus Tule

Ein authentisches Gefäß von 1903 aus der Umgebung des Tulare Lake

Am 5. Juni 1903 erwarb Clinton Hart Merriam von einer Frau der Tachi Yokuts eine Wasserflasche, die sie selbst aus Pflanzenmaterial angefertigt hatte. Die Frau lebte in einem Haus aus Tule nahe einer Siedlung, ungefähr sieben Meilen südöstlich von Lemoore in Mittelkalifornien. In seinen Feldaufzeichnungen vermerkte der Forscher den Namen des Gefäßes: ah’ts oder ah’ch.

Dieser Gegenstand ist erhalten geblieben. Heute befindet er sich im anthropologischen Museum der University of California in Davis unter der Inventarnummer CHM 873. Die wissenschaftliche Beschreibung erlaubt es, nicht nur die Maße der Flasche zu erfahren, sondern auch Besonderheiten ihres dichten pflanzlichen Geflechts.

Maße und Form



Tulare Lake and the southern San Joaquin Valley in the early 1870s. At the onset of American settlement in the area in the late 1840s, the lake was the largest body of fresh water west of the Great Lakes. Its destruction by the late 1800s because of diking and water diversion for irrigation was one of the most dramatic signs of a major theme in the state's history: the rapid transformation of the wild California landscape into one dominated almost completely by human action. From *Report of the Board of Commissioners on the Irrigation of the San Joaquin, Tulare, and Sacramento Valleys of the State of California* (Washington: Government Printing Office, 1874). *Courtesy Huntington Library.*

Die Tachi Yokuts — eine Wasserflasche ah’ch aus Tule

Board of Commissioners on Irrigation of San Joaquin, Tulare, Sacramento Valleys / US Government Printing Office. Public Domain (1874, U.S. Government Printing Office). Wikimedia Commons .

Das Museumsgefäß ist ungefähr 25 Zentimeter hoch und hat einen Durchmesser von etwa 19,5 Zentimetern. Es besitzt einen gerundeten Gefäßkörper und einen vergleichsweise schmalen Hals. Anders als bei einem großen offenen Korb ist diese Form für den Transport von Flüssigkeit geeignet.

Woraus die Flasche gefertigt wurde

Das wichtigste Pflanzenmaterial war Tule, das in den sumpfigen Bereichen des Tales wuchs. Das Museum beschreibt ein festes Geflecht: Die Fäden, mit denen die pflanzliche Grundlage verbunden wurde, verlaufen schräg. Die Wände waren dicht genug, um dem Gefäß seine Form zu geben.



Die Tachi Yokuts — eine Wasserflasche ah’ch aus Tule

Gordon Leppig and Andrea J. Pickart, U.S. Fish & Wildlife Service. Public Domain US, federal USFWS work. Wikimedia Commons .

Eine Besonderheit gerade dieses erhaltenen Exemplars ist entscheidend: **Es besitzt keine Beschichtung aus Kiefernharz.**

Wie Wasserflaschen Flüssigkeit zurückhielten

Bei den Tachi und anderen Yokuts-Gruppen der Ebene gab es unterschiedliche Verfahren, um das Durchsickern von Wasser durch geflochtene Gefäße zu verringern. Das Museum beschreibt zwei Möglichkeiten.

Die erste beruhte auf den Eigenschaften von Tule: Man sättigte den Behälter mit Wasser. Die Pflanzenteile quollen auf, und die Zwischenräume zwischen ihnen wurden kleiner.

Bei der zweiten Methode bedeckte man die Oberfläche der Flasche mit Kiefernharz, das die Öffnungen zwischen den Fasern verschloss. Dieses Verfahren darf jedoch nicht jedem Gegenstand zugeschrieben werden: Die erhaltene Flasche CHM 873 besitzt keine Harzbeschichtung.

Wozu die Flasche außerdem diente

Das Museum hält fest, dass solche Gefäße ohne Harzbeschichtung bisweilen auch für Samen verwendet wurden. Der erhaltene Gegenstand veranschaulicht damit zwei Möglichkeiten pflanzlicher Behälter: die Aufbewahrung trockener Vorräte und das Zurückhalten von Wasser in einem Flechtgefäß.

Eine Tradition am Tulare Lake

Das Tal rund um den See lieferte viel Tule und andere Pflanzen zum Flechten. Daraus fertigte man große Matten, Hausbedeckungen, Körbe und Wasserflaschen. Diese Gegenstände hatten unterschiedliche Formen, doch ihre Herstellung beruhte auf der Kenntnis der Biegsamkeit und Festigkeit pflanzlicher Fasern.

Das im Juni 1903 erworbene echte Gefäß bewahrt eine bestimmte Form, konkrete Maße und den alten Namen ah’ch. Es bietet damit die seltene Möglichkeit, eine historische Beschreibung mit einem tatsächlich erhaltenen Gegenstand zu vergleichen.

Quellen: UC Davis Department of Anthropology Museum, „Tachi Yokuts Waterbottle“ (2015) — https://anthromuseum.ucdavis.edu/news/july-16-2015-tachi-yokuts-waterbottle; C. Hart Merriam, „Field Work Among Yokuts Tribes, 1902–1904“, Aufzeichnung von 1903 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/84252.

Die Chemehuevi — wie sie kleine Wüstenquellen schützten

Steine über dem Wasseraustritt und der Transport von Gefäßen auf Wegen

In der Mojave-Wüste war es wichtig, nicht nur die Lage großer Flüsse zu kennen, sondern auch die kleinen Stellen, an denen Grundwasser an die Oberfläche trat. Die Chemehuevi merkten sich Quellen und saisonale Wasserstellen, bewegten sich auf vertrauten Wegen zwischen ihnen und gaben dieses Wissen an nachfolgende Generationen weiter.

In einer historisch-ethnografischen Untersuchung, die 2010 bei der California Energy Commission eingereicht wurde, sind Angaben dazu erhalten, wie die Chemehuevi mit kleinen natürlichen Quellen umgingen. Diese Materialien beruhen auf Forschungen von Catherine Fowler und auf Aufzeichnungen historischer Erzählungen.

Steine über einer kleinen Quelle



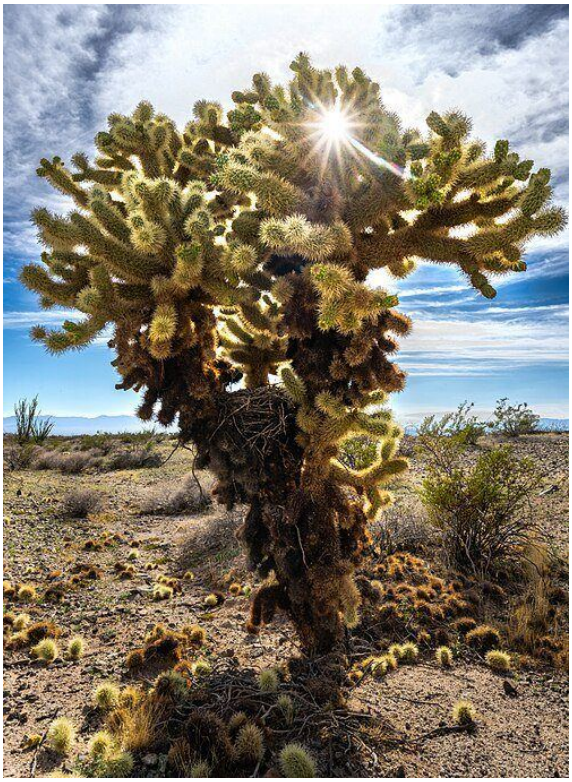
Die Chemehuevi — wie sie kleine Wüstenquellen schützten

National Park Service NPGallery photographer not specified. Public Domain US (NPS employee official work). Wikimedia Commons .

Einige kleine Quellen wurden zeitweise mit Steinen abgedeckt. Nach der Erklärung in der Quelle schützte man das Wasser dadurch vor Eingriffen von Tieren und anderen Menschen.

Es ging ausdrücklich um das Abdecken einer natürlichen Wasseraustrittsstelle, nicht um den Bau eines großen Brunnens. Die Untersuchung nennt weder die Größe der Steine noch die Anzahl der Schichten oder eine bestimmte Anordnung. Entscheidend ist das historische Detail selbst: Kleine Wasserstellen konnte man bewahren, indem man sie mit Material abdeckte, das in der unmittelbaren Umgebung vorhanden war.

Wo die Wasserwege verliefen



Die Chemehuevi — wie sie kleine Wüstenquellen schützten

Jesse Pluim, Bureau of Land Management California. Public Domain US (federal employee). Wikimedia Commons .

Das Wegenetz der Chemehuevi verband den Colorado River mit Quellen und steinernen Wasserstellen in den Mojave Mountains. Manche Quellen führten dauerhaft Wasser, andere waren vom vorausgegangenen Regen abhängig.

Familien, die langsamer unterwegs waren, wählten Wege, auf denen die Wasserstellen näher beieinanderlagen. Schnelle Boten konnten eine direktere Route nehmen, bei der die Entfernungen zwischen den Quellen größer waren.

Wie man Wasser transportierte

In Mataviums Erzählung ist eine Beschreibung von Wassergefäßen erhalten geblieben: Man trug sie in einem Lastkorb oder in einem Tragenetz. Diese Gegenstände ermöglichten es, einen Wasservorrat von einer Quelle zur nächsten mitzunehmen.

An der nächsten Wasserstelle angekommen, berücksichtigten Reisende den noch vor ihnen liegenden Weg. Die Planung eines solchen Abschnitts war besonders wichtig, wenn ein saisonaler Wasserspeicher zwischen zwei Regenfällen austrocknen konnte.

Wer zu den Quellen ging

Die historische Untersuchung berichtet außerdem, dass Frauen, die im Erkunden des Geländes und im Unterwegssein auf den Wegen geschult waren, während längerer Reisen zu entfernten Quellen aufbrechen konnten, um Wasser zu holen. Die Kenntnis des Weges gehörte zur alltäglichen Vorbereitung von Reisenden.

Worin sich der Schutz einer Quelle von der Wasserspeicherung unterschied

Eine mit Steinen abgedeckte Quelle blieb ein natürlicher Wasserort. Ein Wassergefäß dagegen ermöglichte es, einen Teil des Wassers mitzunehmen. Es waren zwei verschiedene Vorgehensweisen, die sich auf langen Reisen durch die Wüste ergänzten.

Historische Quelle: „SES Solar One — Cultural Resources, Data Request 102“ (2010), Abschnitt über die Wasserstellen und Wege der Chemehuevi, mit Verweisen auf Fowler (2004), Laird (1976) und Matavium — https://efiling.energy.ca.gov/GetDocument.aspx?DocumentContentId=47511&tn=55663.

Unterkünfte

Die Kumeyaay — wie sie eine kuppelförmige e’waa-Behausung bauten

Weiden, Tule und pflanzliche Bindungen in Südkalifornien

Auf dem Land der Kumeyaay in Südkalifornien errichtete man Behausungen mit einem abgerundeten Dach und einem niedrigen Eingang. Eines dieser Häuser hieß e’waa. Seine Form entstand nicht durch schwere Baumstämme, sondern durch lange, biegsame Äste, die man einander entgegenbog. Über dieses Gerüst legte man eine Hülle aus Pflanzenmaterial.

Für regnerisches Wetter eigneten sich besonders die Stängel von Tule — Sumpfpflanzen, die an Süßwasserstellen wuchsen. Trockene Stängel ließen zwischen ihren Fasern Luft hindurch; wurden sie nass, quollen sie auf und machten die äußere Schicht dichter.

Woraus das Haus bestand



Die Kumeyaay — wie sie eine kuppelförmige e’waa-Behausung bauten

Edward S. Curtis. Public domain (US). Wikimedia Commons .

Weiden. Lange, biegsame Zweige bildeten die Grundlage der Kuppel. Sie dienten als Stützen, wurden nach innen gebogen und im oberen Teil der Behausung zusammengeführt.

Pflanzliche Bindungen. Aus Fasern von Yucca oder Agave gewann man feste Schnüre, mit denen die Stangen verbunden und die äußere Bedeckung festgebunden wurden.

Tule. Die langen Sumpfpflanzenstängel wurden gesammelt, getrocknet und zu Bündeln zusammengebunden. In der Regenzeit bedeckte man damit das Gerüst und bildete nach und nach eine dichte Dachhaut.



Die Kumeyaay — wie sie eine kuppelförmige e’waa-Behausung bauten

sdpitbull. CC BY 2.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Steine. Sie wurden rings um den äußeren unteren Rand des Hauses gelegt. Ein solcher Ring erschwerte kleinen Tieren den Zugang ins Innere.

Wie die Kuppel entstand

1. Man wählte einen Platz für das Haus und markierte einen runden Grundriss. Entlang dieses Kreises stellte man lange Weidenzweige auf.
2. Die unteren Enden der Zweige wurden im Boden verankert. Man bog die Zweige nach innen, sodass über der Mitte des Platzes eine gerundete Form entstand.
3. Die oberen Teile des Gerüstes wurden mit pflanzlichen Schnüren verbunden. Zusätzliche Querzweige banden die Hauptbögen zusammen.
4. Man sammelte Tule-Stängel und ließ sie trocknen. Anschließend band man sie zu Bündeln, die sich gut am Gerüst befestigen ließen.
5. Nach und nach band man die Bündel an den äußeren Bögen fest und schloss damit die Seiten und den oberen Teil des Hauses. Für den Eingang blieb eine eigene Öffnung frei.
6. Rund um den unteren Rand legte man Steine. In einigen Behausungen wurde der untere Wandbereich zusätzlich mit Erde und Lehm abgedichtet.
7. Im Inneren breitete man auf dem Erdboden Matten aus Tule aus. Sie dienten als Sitz- und Schlafplätze.

Je nach Landschaft und Jahreszeit konnte die Bedeckung unterschiedlich ausfallen. Bei trockenem Wetter wurde auch locker angeordnetes Buschwerk verwendet. Wo ein dichterer Schutz vor Regen nötig war, entschied man sich für Tule.

In Edward S. Curtis’ historischem Bildband von 1926 ist eine Fotografie einer Kumeyaay-Frau neben einem Haus in Campo erhalten geblieben. Darauf sind die Form der fertigen Behausung und ihre pflanzliche

Bedeckung zu sehen. Eine moderne Fotografie mit dem Titel „Kumeyaay Home“ aus dem Jahr 2006 zeigt ein weiteres Beispiel für diese Bauform.

Quellen: Kumeyaay Diegueño Land Conservancy / Sycuan Band of the Kumeyaay Nation, „Learning Landscapes“, Abschnitt über e’waa — https://www.parks.ca.gov/pages/663/files/LearningLandscapes_Edited_20201120v1c%20REMEDIATED.pdf; „A Teacher’s Guide to Historical and Contemporary Kumeyaay Culture“, Abschnitt 1.5 „Shelter“ — https://mtrp.org/wp-content/uploads/2024/08/kumeyaay_teachers_guide.pdf.

Die Kawaiisu — das winterliche tomo kahni als Schutz vor Regen

Die Tehachapi Mountains, Südkalifornien

Die Kawaiisu bauten Winterhäuser, die tomo kahni genannt wurden, aus Pflanzen und Steinen. Das Haus hatte einen runden Grundriss; seine Äste liefen oben zu einer Kuppel zusammen, die einem umgedrehten Korb ähnelte. Äußere Schichten aus Buschwerk, Rinde und Tule schlossen die Zwischenräume zwischen den Stangen. Vor dem Eingang hing eine Matte aus Pflanzenmaterial. Drinnen schliefen die Menschen mit den Füßen zur Mitte der Behausung gerichtet.

Was man verwendete. Weiden- oder Wacholderstangen für das Gerüst; dünnere Zweige für die inneren und äußeren Verbindungen; Bündel aus Buschwerk; große Rindenstücke oder Matten aus Tule; Natursteine für einen Ring um die Basis und eine gesonderte Matte für den Eingang. In der historischen Beschreibung dieses Hauses sind keine Metallbefestigungen nötig: Die Elemente wurden durch Pflanzenmaterial miteinander verbunden.

Wie ein tomo kahni gebaut wurde — die Abfolge



Die Kawaiisu — das winterliche tomo kahni als Schutz vor Regen

Chevy111. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

1. Grundriss. Man suchte einen Platz für die runde Winterbehausung aus. Entlang des Umrisses des geplanten Hauses setzte man die unteren Enden fester Zweige und Stangen. In einer der beschriebenen Siedlungen maßen einzelne Häuser etwa 12–15 Fuß im Durchmesser.
2. Gerüst. Weiden- oder Wacholderstangen führte man nach oben und verband sie miteinander. So entstand eine gerundete Form, die sich nach oben verjüngte. Bindungen aus biegsamen Zweigen hielten die Teile zusammen.
3. Querzweige. Dünnere Zweige wurden sowohl außen als auch innen an den Hauptstangen befestigt. Dadurch gewann das Gerüst an Volumen; zwischen den beiden Zweigschichten blieben Räume, die mit Pflanzenmaterial gefüllt werden konnten.
4. Buschwerk. Bündel aus Sträuchern wurden zwischen die Zweige gelegt und schlossen die Lücken. Es entstand eine dicke Wand, die bereits vollständig aus heimischen Pflanzen bestand.
5. Regenschutz. Auf die äußere Schicht aus Buschwerk legte man Rinde oder Bahnen aus Tule, den langen Stängeln von Sumpfpflanzen. Sie bedeckten die Zweige und bildeten eine zusätzliche Dachschicht. In der Beschreibung des tomo kahni wird ausdrücklich gesagt, dass diese Bedeckung das Haus bei Regen dichter machte.
6. Steinring. Entlang der Basis wurden Natursteine angeordnet. Der Ring hielt die unteren Ränder des Bauwerks fest, wenn starker Wind wehte.
7. Eingang. Auf einer Seite blieb eine Öffnung, die durch eine aufgehängte Matte geschlossen wurde. Man konnte sie zum Betreten beiseiteschieben und danach wieder herablassen.

Wo und wie man schlief. In der Mitte der Behausung lag eine kleine, von Steinen eingefasste Feuerstelle; oben blieb eine Öffnung, durch die Rauch abziehen konnte. Die Menschen lagen auf dem Boden, die Füße zur Mitte und zur Feuerstelle gerichtet. Während der kalten Jahreszeit verwendete man Decken aus Kaninchenfellen, in die man sich nachts einwickelte.

Wann man das Haus verwendete. Das tomo kahni war eine Winterbehausung. Im Sommer zogen die Kawaiisu in höher gelegene, kühlere Teile ihres Gebietes und errichteten andere Bauten, darunter offene

Schattendächer namens hava kahni. Für kurze Aufenthalte waren auch einfache Windschirme aus Zweigen bekannt.

Das winterliche tomo kahni unterschied sich vom sommerlichen Schutzdach vor allem durch die dicke Bedeckung aus Pflanzenmaterial und die geschlossene Form. Es besaß verschiedene Schichten aus Gerüst, Zweigen, Buschwerk, Rinde oder Tule — alles natürliche Materialien.



Die Kawaiisu — das winterliche tomo kahni als Schutz vor Regen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Quellen: California State Parks, „The Kawaiisu Culture“ — https://www.parks.ca.gov/?page_id=24579 California State Parks, „Tomo-Kahni: Kid’s Page“, Abschnitte „Shelter / Clothing and Rabbit Skin Blankets“ — https://www.parks.ca.gov/?page_id=24583

Die Coast Miwok — wie sie eine kotcha-Behausung aus Weiden und Tule bauten

Die Küste von Marin und dem südlichen Sonoma

Bei den Coast Miwok hieß eine kleine Familienbehausung kotcha. Sie schützte die Menschen vor schlechtem Wetter und diente als Schlafplatz. Das Baumaterial hing davon ab, was in der Nähe wuchs. Wo große Küstenmammutbäume verfügbar waren, verwendete man breite Rindenstreifen. In der Gegend von Point Reyes, wo Redwood-Rinde möglicherweise nicht zur Verfügung stand, bauten sie Häuser aus Weidenstangen und der Sumpfpflanze Tule.

Das Gerüst aus Weiden

Für die Grundkonstruktion sammelte man lange Weidenstangen. Daraus errichtete man das Gerüst einer kleinen Behausung. Von den Stangen wurde die Rinde entfernt, die Verbindungen befestigte man mit

pflanzlichen Bindungen. So entstand eine Grundlage, die sich mit langen Sumpfpflanzenstängeln bedecken ließ.



Die Coast Miwok — wie sie eine kotcha-Behausung aus Weiden und Tule bauten

Sarah Stierch (Missvain). CC0 1.0. Wikimedia Commons .

Tule sammeln

Tule wuchs am Wasser, in sumpfigen Gebieten und an flachen Ufern. Die langen Stängel sammelte man in den nächstgelegenen Sümpfen und brachte sie zum im Bau befindlichen Haus. Am fertigen Gerüst wurden sie zur äußeren Bedeckung gegen Wind und Regen.

Wie eine kotcha entstand

1. Man wählte einen Platz für eine kleine Familienbehausung und bestimmte, welcher Raum von einem Dach geschützt werden sollte.
2. Aus Weidenstangen errichtete man ein Gerüst, das die Form des künftigen Hauses vorgab.
3. Man entfernte die Rinde von den Stangen und band sie zusammen.
4. Die in den Sümpfen gesammelten Tule-Stängel legte man auf das Gerüst und schloss allmählich die Seitenwände.
5. Die pflanzliche Bedeckung wurde dicht ausgeführt. Zum Schutz vor dem Winterregen war sie stellenweise zwei Fuß — ungefähr 60 Zentimeter — dick.
6. In der Bedeckung blieb ein Eingang frei, durch den man ins Innere gelangen konnte.
7. Der Innenraum diente weiterhin als nächtlicher Ruheplatz. Für die kotcha-Häuser der Coast Miwok sind leicht eingetiefte Erdböden bekannt, die mit geflochtenen Tule-Matten und Tierhäuten ausgelegt waren.

Eine andere Variante — das Rindenhaus

In den Küstenwäldern errichteten die Miwok auch kotcha-Häuser mit einem Gerüst aus festen Stangen der Douglasie. Diese Stangen wurden mit Kletterpflanzen verbunden; die äußeren Wände und das Dach

bedeckte man mit großen Streifen der Rinde von Küstenmammutbäumen. Drinnen lagen weiche Matten und Tierhäute auf dem Erdboden.

Die Form der Behausung hing mit der Natur rund um die Siedlung zusammen: Weiden und Tule in sumpfigem Gelände, Rinde und feste Holzstangen im Wald.

Im Olompali State Historic Park kann man rekonstruierte Behausungen der Coast Miwok sehen, die mit Pflanzenmaterial bedeckt sind. Eine moderne Fotografie zeigt ihren Umriss und die äußere Tule-Schicht.

Historische Quelle: National Park Service, „Guide to the Miwok Village: Kule Loklo“, Abschnitte „Tule House“ und „Redwood Bark House“ — https://npshistory.com/publications/pore/brochures/miwok-village.pdf. Fotografie: Sarah Stierch, Olompali State Historic Park, 2016 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Miwok_dwellings.jpg.

Die Sierra Miwok — ein kegelförmiges Haus aus Rindenplatten ohne Mittelpfosten

Umū'tca, Sierra Nevada

In den Bergregionen Kaliforniens bauten die Miwok kegelförmige Behausungen aus großen Platten von Baumrinde. Für eines dieser Häuser ist der Name umū'tca überliefert. Seine Besonderheit bestand darin, dass die Rinde zugleich als Wand und Dach dienen konnte: Große Stücke wurden schräg gegeneinander aufgestellt und hielten ihre Form ohne einen Pfosten in der Mitte.

Das wichtigste Material. In der ethnografischen Arbeit von Barrett und Gifford wird besonders die Rinde der Kalifornischen Weihrauchzeder — „incense cedar“, heute wissenschaftlich Calocedrus decurrens — genannt. In verschiedenen Höhenlagen verwendete man auch die Rinde von Kiefern und Riesenmammutbäumen. Die Rinde wurde bereits abgestorbenen Bäumen entnommen; große, abgelöste Stücke lieferten fertige natürliche Platten.

So sah das Haus aus. Es handelte sich um einen Kegel mit rundem Erdboden. Die Ethnografen nennen für die Berghäuser einen Durchmesser von ungefähr 8–15 Fuß, also 2,4–4,6 Metern. Der Eingang befand sich unmittelbar in der geneigten Wand. Manchmal wurde die Innenseite mit Kiefernnadeln ergänzt, und den unteren äußeren Rand bedeckte man mit Erde.



Die Sierra Miwok — ein kegelförmiges Haus aus Rindenplatten ohne Mittelpfosten

Almonroth. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Wie das Haus zusammengesetzt wurde

1. Rindenplatten. Man wählte lange, breite Rindenstücke, die fest genug waren, um schräg aufgestellt zu werden. Besonders geschätzt wurden große Stücke der Weihrauchzeder mit ihrer dicken, faserigen Rinde.
2. Ein Kreis auf dem Boden. Der Grundriss des künftigen Hauses war rund. Entlang seines Randes stellte man große Platten auf und ließ dort Platz, wo der Eingang vorgesehen war.
3. Der erste Kegel. Jede Platte wurde mit ihrem oberen Ende zur Mitte des künftigen Hauses geneigt. Die oberen Teile stützten sich gegenseitig. So entstand ein selbsttragender Kegel ohne gesondertes Gerüst und ohne Mittelpfosten.
4. Die Fugen abdecken. Auf die Verbindungen zwischen den ersten Platten legte man weitere Rindenstücke. Jede zusätzliche Schicht bedeckte die Zwischenräume der vorherigen. Der historischen Beschreibung zufolge lagen an den Fugen drei bis vier Rindendicken übereinander. Gerade die Überlappung machte die Bedeckung bei Regen dicht.
5. Die Eingangsplatte. An einer geneigten Seite ließ man eine Öffnung zum Eintreten. Davor hielt man ein gesondertes großes Rindenstück bereit. Wenn die Öffnung verschlossen werden sollte, lehnte man die Platte dagegen; einen besonderen Türrahmen gab es nicht.
6. Der untere Rand. In manchen Varianten wurde Erde rund um die Basis aufgeschüttet. Der untere Rindenrand war dann von einem kleinen Erdwall umgeben. Drinnen konnte der Erdboden frei bleiben oder mit einer Unterlage bedeckt werden.
7. Schlafplatz auf dem Boden. Zum Schlafen schütteten die Miwok Kiefernnadeln auf, auf die sie Matten oder Tierhäute legten. Manchmal diente ein kleiner Haufen Nadeln als Kopfkissen. So wurden Naturmaterialien sowohl für das Dach als auch für den Schlafplatz verwendet.

Unterschied zum Haus aus Zweigen. Bei den Miwok gab es auch eine andere Bauform: Ein kegelförmiges Gerüst aus Stangen wurde mit Gras, Buschwerk oder Tule bedeckt, indem man die Vegetation in Reihen

auflegte und mit wildem Wein festband. Beim Haus aus großen Rindenplatten waren ein solches Gerüst und diese Bindungen nicht zwingend erforderlich.

Im heutigen Yosemite Village ist eine Rekonstruktion einer solchen Rindenbehausung zu sehen. Auf einer historischen Fotografie von Eadweard Muybridge aus dem Jahr 1872 stehen Miwok neben einem Rindenbau am Merced River.



Die Sierra Miwok — ein kegelförmiges Haus aus Rindenplatten ohne Mittelpfosten

Eadweard Muybridge. Public domain (pre-1931). Wikimedia Commons .

Historische Quelle: S. A. Barrett und E. W. Gifford, „Miwok Material Culture“, Abschnitt „Dwellings“ (1933) — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Die Central Miwok — das tragbare tcaama-Haus

Wie Tule-Matten zu einem kegelförmigen Haus wurden

In den Ausläufern der Sierra Nevada kannten die Central Miwok eine besondere Art von tragbarer Behausung: das tcaama. Im Gegensatz zu Häusern aus schweren Rindenplatten bestanden seine wichtigsten transportablen Teile aus Matten der Sumpfpflanze Tule. Eine separate Matte verschloss den Eingang.

Über die Bauweise des tcaama wissen wir durch eine ethnografische Beschreibung von Samuel Barrett und Edward Gifford, die 1933 veröffentlicht wurde. Die Forscher hielten den Namen des Hauses, seine Form, seine Materialien und eine wichtige Besonderheit fest: Die Matten waren an Stäben befestigt, sodass man sie aufrollen und mitnehmen konnte.

Materialien



Die Central Miwok — das tragbare tcaama-Haus

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Tule — eine Sammelbezeichnung für langstängelige Sumpfpflanzen, aus denen große biegsame Matten hergestellt wurden. Diese Bahnen waren nicht nur Schlafunterlagen; mit ihnen bedeckte man die Seiten des Hauses.

Stäbe — ein Bestandteil der Befestigung der Matten. Sie halfen dabei, die pflanzlichen Bahnen aufzurollen und zu transportieren. Die Quelle nennt weder eine genaue Anzahl der Stäbe noch ein Schema, wie sie miteinander verbunden wurden.

Eingangsmatte — eine gesonderte Bahn aus Tule, mit der die Öffnung verschlossen wurde.

Wie das tragbare Haus aufgebaut war

1. Das Haus hatte eine kegelförmige Gestalt. Seine äußere Bedeckung bestand aus Tule-Matten.
2. Die Bahnen waren mit Stäben verbunden, sodass sich jeder Teil zu einer tragbaren Rolle zusammenrollen ließ.
3. In der Seitenfläche des Kegels blieb ein Eingang offen, der mit einer gesonderten Matte verschlossen wurde.
4. Wenn die Behausung versetzt wurde, konnte man die Pflanzenbahnen zusammen mit den daran befestigten Stäben aufrollen und am nächsten Lagerplatz wieder ausbreiten.

Gerade die Möglichkeit, die Teile der Bedeckung zusammenzurollen, unterschied das tcaama von einem Haus, das jedes Mal aus großen, unbeweglichen Materialien neu errichtet werden musste.

Wo das tcaama verwendet wurde

Barrett und Gifford brachten diese Behausung mit den Central Miwok und mit Gebieten unterhalb von 1.500 Fuß über dem Meeresspiegel — ungefähr 460 Metern — in Verbindung. Das sind Vorgebirgs- und Tieflandregionen, in denen geeignete Sumpfpflanzen vorkamen.

Die Miwok kannten auch andere Formen sommerlicher Schutzdächer: offene Unterstände aus Zweigen und Gras sowie in den Bergwäldern kegelförmige Rindenhäuser. Das tcaama unterschied sich jedoch durch die Bedeckung aus aufrollbaren Matten und die Tür aus einer Matte.

Historische Quelle: S. A. Barrett und E. W. Gifford, „Miwok Material Culture“ (1933), Abschnitt „Dwellings“ — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Die Payómkawichum — drei kíicha-Häuser aus Weiden, Rinde und Tule

Das Volk der Luiseño, das Temecula Valley und die Berge Südkaliforniens

Die Pechanga-Stammesgemeinschaft bewahrt eine Beschreibung traditioneller Häuser der Payómkawichum (Luiseño). Diese Häuser hießen kíicha. Sie dienten vor allem zum Schlafen und als Schutz vor schlechtem Wetter. Den größten Teil der übrigen alltäglichen Tätigkeiten verrichtete man draußen. Die Häuser konnten rund, kuppelförmig oder kegelförmig sein. Ihre Bauweise unterschied sich danach, welche Pflanzen in der Umgebung wuchsen: Weiden, Zedernrinde oder die Sumpfpflanze Tule.

Wie lange der Bau dauerte. Der veröffentlichten Beschreibung des Stammes zufolge dauerte der Bau eines neuen kíicha gewöhnlich mehrere Tage. Wenn ein Haus mit der Zeit verschliss, reparierte man es. Eine gut errichtete Behausung konnte deshalb jahrelang genutzt werden.

Erster Typ — Şaxáatal kíicha, das Weidenhaus



Die Payómkawichum — drei kíicha-Häuser aus Weiden, Rinde und Tule

Jim Morefield. CC BY-SA 2.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Im Temecula Valley wuchsen Weiden an Wasserläufen und waren ein übliches Baumaterial. Die Weidenhäuser errichtete man mit einem doppelten Gerüst aus Weidenzweigen.

1. Grundfläche. Für ein solches Haus grub man eine flache runde Vertiefung von etwa ein bis zwei Fuß Tiefe — ungefähr 30–60 Zentimetern. So ebnete man den Erdboden.
2. Doppeltes Gerüst. Aus Weidenruten bildete man zwei Reihen von Stützen. Dazwischen blieb ein Zwischenraum, in den kleinere Zweige eingelegt werden konnten.
3. Füllung. Zwischen den beiden Gerüstschichten wurden Weidenzweige und -ruten zusammen mit Blättern dicht eingefügt. So entstand eine Wand aus Pflanzenmaterial.
4. Dach und Standort. Weidenhäuser wurden häufig an kleinen Hängen errichtet, wo das Regenwasser dem Gelände folgend abfließen konnte. Die Form des Hauses blieb rund.

Zweiter Typ — ’éesatal kíicha, das Haus aus Zedernrinde

In den Bergen verwendeten die Payómkawichum große Platten aus Zedernrinde, die von abgestorbenen Bäumen abgenommen wurden. Auch diese Häuser standen über einer flachen runden Vertiefung. Anders als beim Weidenhaus bestand ihre Dachbedeckung jedoch aus breiten Holzrindenplatten.



Die Payómkawichum — drei kíicha-Häuser aus Weiden, Rinde und Tule

Gmihail. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

1. Senkrechte Stützen. Über dem Grundriss errichtete man ein Gerüst aus Stangen, die die Rindenplatten trugen.
2. Erste Schicht. Große Platten aus Zedernrinde wurden auf das Gerüst gelegt.
3. Überlappung. Weitere Platten legte man darüber, sodass die Fugen abgedeckt wurden. Die Stammesbeschreibung nennt drei bis vier Rindenschichten. Diese Überlappung bot Schutz vor Wind, Regen und Schnee.

Dritter Typ — Pivéesatal kíicha, das Tule-Haus

Dort, wo Seen und Flüsse in der Nähe lagen, sammelte man die langen Stängel der Sumpfpflanze Tule. Bei diesem Haustyp bedeckte man ein Weidengerüst mit frischen Tule-Stängeln.

1. Grundlage aus Weiden. Aus biegsamen Zweigen bildete man die Form der Behausung.
2. Frisches Tule. Die langen grünen Stängel wurden gebogen, auf das Gerüst gelegt und daran festgebunden.
3. Dach. Die miteinander verbundenen Stängel bildeten eine äußere Schicht, von der Regenwasser ablief. Solche Häuser wurden besonders im Frühling und Sommer verwendet, weil es darin an heißen Tagen kühler blieb.

Wie man in allen drei Haustypen schlief



Die Payómkawichum — drei kíicha-Häuser aus Weiden, Rinde und Tule

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Den Boden bedeckte man mit Pflanzenmatten aus Juncus oder Tule. Als zusätzliche Bedeckung dienten Pelze und Tierhäute. Den Eingang schloss man mit einer Matte oder einem Fell: Das Verschlussstück hing in der Öffnung und wurde beim Eintreten beiseitegezogen.

Die drei Formen des kíicha zeigen unterschiedliche Lösungen für dieselbe Aufgabe. Nahe an Bächen war das Haus aus Weiden gebaut, in den Bergen besaß es ein mehrschichtiges Zedernrindendach, und an Seen war es mit biegsamem Tule bedeckt.

Quelle des Stammes: Pechanga Band of Indians, „Traditional Homes“ — https://www.pechanga-nsn.gov/index.php/culture/customs-and-traditions/traditional-homes.

Die Miwok — sommerlicher Schatten aus Stangen, Gras und Zweigen

Offene Schutzdächer zum Arbeiten, Ausruhen und Schlafen

Wenn in Mittelkalifornien der heiße, trockene Sommer begann, benötigten die Miwok nicht immer dicht geschlossene Wände. An ihren jahreszeitlich genutzten Lagerplätzen errichteten sie leichte Schutzdächer, unter denen man sich tagsüber ausruhen und nachts schlafen konnte. Die pflanzliche Bedeckung spendete Schatten, während die Luft frei hindurchströmen konnte.

Samuel Barrett und Edward Gifford hielten in „Miwok Material Culture“ (1933) mehrere örtliche Bezeichnungen für diese Unterstände fest. Bei den Plains Miwok findet sich wo’lle, bei den nördlichen Miwok ko’llī und bei den zentralen Miwok mole.

Zwei Formen sommerlicher Beschattung



Die Miwok — sommerlicher Schatten aus Stangen, Gras und Zweigen

S. Rae / Flickr. CC BY 2.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Eine Variante bestand aus einem einfachen kegelförmigen Gerüst aus Stangen mit pflanzlicher Bedeckung. Die andere war rechteckig und besaß einen nahezu flachen oberen Teil. Beide Arten waren leichte Bauten, die kein schweres Erddach tragen sollten.

Ein flaches Schutzdach eignete sich besonders für einen offenen Sommerlagerplatz. Tagsüber bot es einen bequemen Ort zum Arbeiten und Ausruhen; nachts konnte man darunter schlafen. Derselbe Raum wurde also im Verlauf eines Tages auf unterschiedliche Weise genutzt.

Woraus die Bedeckung bestand



Die Miwok — sommerlicher Schatten aus Stangen, Gras und Zweigen

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Stangen. Hölzerne Stützen gaben die Form vor: entweder einen Kegel oder eine offene rechteckige Konstruktion.

Buschwerk, Gras und Tule. Diese Pflanzen bildeten die obere Bedeckung. Je nach Standort konnte man lange Sumpfpflanzenstängel, trockenes Gras oder Zweige verwenden.

Biegsame Weinreben. Die ethnografische Beschreibung erwähnt ausdrücklich Ranken wilder Weinreben: Mit ihnen befestigte man das Pflanzenmaterial am Gerüst.

Wie ein solcher Schattenspender aufgebaut war

1. Man stellte die Stangen auf und gab dem Schutzdach eine kegelförmige oder flache Gestalt.
2. Auf dem Gerüst wurden Pflanzenteile ausgelegt. Für die kegelförmige Konstruktion werden einander überlappende Reihen der Bedeckung beschrieben.
3. Die Pflanzen band man mit biegsamen Weinranken fest, damit sie auf den Stangen hielten.
4. Während des trockenen Sommers ließ man die Bedeckung vergleichsweise locker. Durch sie konnte Luft strömen, während darunter Schatten blieb.
5. Der Bereich unter der oberen Pflanzenschicht blieb für die gewöhnlichen Tätigkeiten des Alltags und die nächtliche Ruhe offen.

Entscheidend war nicht das Gewicht des Baumaterials, sondern die Verbindung von Schatten und Luftzirkulation. Ein solches Schutzdach unterschied sich von den winterlichen Erd- und Rindenhäusern, die Menschen vor Kälte und schlechtem Wetter schützten.

Wann man das Schutzdach errichtete

Die Ethnografen brachten diese Bauten mit der heißen, trockenen Sommerzeit und vorübergehenden Sommerlagern in Verbindung. In dieser Jahreszeit konnten die Miwok leichten Schatten einem dichter geschlossenen Haus vorziehen.

Mit den sommerlichen Unterständen ist ein historisches Zeugnis über den Alltag verbunden: Frauen und Kinder arbeiteten oder ruhten tagsüber im Schatten. Nachts wurde derselbe Platz zum Schlafplatz.

Quelle: S. A. Barrett und E. W. Gifford, „Miwok Material Culture“ (1933), Abschnitt „Dwellings“ — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Die Chemehuevi — ein offenes Sommerhaus mit Pflanzendach

Wie man in der Wüste großflächigen Schatten schuf

Um 1900 fotografierte Charles Chester Pierce ein Sommerhaus der Chemehuevi. Seine Aufnahme zeigt ein großes Schutzdach aus Holzstangen, unter dem sich Menschen während der heißen Jahreszeit ausruhten.

Das Haus ähnelt keiner kleinen, geschlossenen Winterbehausung. Sein Dach ragt weit über den Boden hinaus, doch die Seiten bleiben offen. Unter einem solchen Dach kann die Luft ungehindert durch den gesamten Raum strömen.

Woraus das Sommerhaus bestand



Die Chemehuevi — ein offenes Sommerhaus mit Pflanzendach

Charles C. Pierce. Public domain (US). Wikimedia Commons .

Stützen. Hohe Holzstangen trugen das Dach. Auf der historischen Aufnahme erkennt man Pfosten, welche den beschatteten Bereich vom offenen Wüstenboden abgrenzen.

Dachunterbau. Über den Stützen verliefen hölzerne Bauteile, auf denen die äußere Bedeckung lag. Sie bildeten eine feste obere Grundlage des Schutzdaches.

Pflanzliche Bedeckung. Auf den hölzernen Teilen lagen lange Stängel nebeneinander. Sie sorgten für dichten Schatten unter dem Dach. Welche Pflanzenart für diese Bedeckung verwendet wurde, lässt sich auf dem Foto nicht bestimmen.

Raum zum Ausruhen. Auf einer Seite liegt eine Frau unmittelbar auf dem Erdboden unter dem Dach. Auf der anderen Seite ruhen zwei Männer auf bearbeiteten Holzbalken. Neben einem der Pfosten steht ein Tisch, auf dem Alltagsgegenstände und Decken liegen.

Ein benachbarter Bau. Im Hintergrund ist ein weiteres, kleineres Häuschen aus Stangen und Zweigen zu sehen, das ebenfalls ein Pflanzendach trägt. An einem Lagerplatz standen also Konstruktionen unterschiedlicher Größe nebeneinander.

Wozu man es nutzte. Das breite Pflanzendach spendete Menschen Schatten, die sich darunter ausruhten, saßen oder ihren Tätigkeiten an der frischen Luft nachgingen. Geschlossene Wände waren nicht erforderlich, um den Platz vor der Sommersonne zu schützen.

Pierces Fotografie zeigt das Haus selbst und seinen Innenraum: die Stützen, die hölzerne Dachunterkonstruktion, die pflanzliche Bedeckung und die Menschen im Schatten. Diese Behausung diente im Sommer als offener Ort zum Ausruhen.

Historische Fotografie: Charles C. Pierce, „Chemehuevi Indian summer house“, um 1900, California Historical Society Collection, CHS-3515 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chemehuevi_Indian_summer_house,_ca.1900_(CHS-3515).jpg.

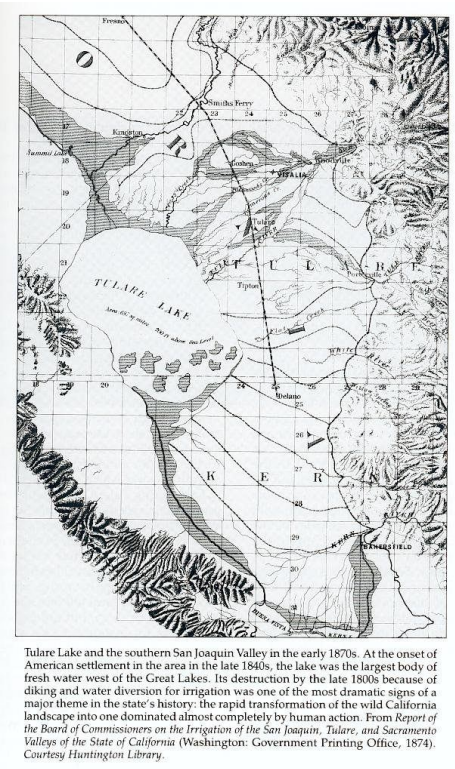
Die Tachi Yokuts — ein großes ovales Haus aus Weidenstangen und Tule-Matten

Historische Aufzeichnungen am Tulare Lake, 1903

Am 4. Juni 1903 besuchte der Naturforscher und Ethnograf Clinton Hart Merriam eine Siedlung der Tachi Yokuts ungefähr sechs Meilen südöstlich von Lemoore in Kalifornien. Neben kleineren Wohnbauten sah er dort große ovale Häuser, die mit Bahnen aus Tule bedeckt waren — einer hohen Sumpfpflanze, die rund um den Tulare Lake wuchs.

Eines der Häuser war etwa 35–40 Fuß lang, also ungefähr 10,7–12,2 Meter. Die Höhe schätzte Merriam auf etwa 8 Fuß beziehungsweise 2,4 Meter. Eine solche Behausung unterschied sich durch ihre Größe und den weiten gemeinsamen Innenraum von einem kleinen tragbaren Schutzdach.

Das Weidengerüst



Tulare Lake and the southern San Joaquin Valley in the early 1870s. At the onset of American settlement in the area in the late 1840s, the lake was the largest body of fresh water west of the Great Lakes. Its destruction by the late 1800s because of diking and water diversion for irrigation was one of the most dramatic signs of a major theme in the state's history: the rapid transformation of the wild California landscape into one dominated almost completely by human action. From *Report of the Board of Commissioners on the Irrigation of the San Joaquin, Tulare, and Sacramento Valleys of the State of California* (Washington: Government Printing Office, 1874). *Courtesy Huntington Library.*

Die Tachi Yokuts — ein großes ovales Haus aus Weidenstangen und Tule-Matten

Board of Commissioners on Irrigation of San Joaquin, Tulare, Sacramento Valleys / US Government Printing Office. Public Domain (1874, U.S. Government Printing Office). Wikimedia Commons .

Als Grundlage diente ein hölzernes Gerüst aus Weidenstangen. Die langen, biegsamen Ruten gaben dem Haus seinen ovalen Umriss und trugen die Bedeckung aus großen Matten.

Im oberen Teil des Hauses blieb eine schmale, längliche ovale Öffnung frei. Durch sie konnte der Rauch der Feuerstellen im Inneren abziehen. Merriam hob dieses Merkmal ausdrücklich als Teil der Hausform hervor.

Große Bahnen aus Tule



Die Tachi Yokuts — ein großes ovales Haus aus Weidenstangen und Tule-Matten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Die Seiten und den oberen Teil schloss man mit Matten. Nach der Beschreibung des Forschers erreichten manche Bahnen eine Höhe von 12–15 Fuß — ungefähr 3,7–4,6 Meter. Sie bedeckten große Teile der Wände und Dachschrägen.

Die Matten waren keine gewöhnlichen Körbe. Runde Tule-Stängel wurden parallel nebeneinandergelegt und in kurzen Abständen mit Schnüren verbunden. Durch diese Bindungen entstand eine große, biegsame Fläche.

Wie die Behausung zusammengesetzt war

1. Die Form des Hauses wurde durch ein lang gezogenes, ovales Gerüst aus Weidenstangen vorgegeben.
2. Die breiten Tule-Bedeckungen fertigte man gesondert an: Die Stängel legte man nebeneinander und verband sie wiederholt quer mit Schnüren.
3. Die fertigen Bahnen wurden auf die Stangen gelegt und bedeckten einen großen Teil der Seitenwände und des Daches.
4. Oben blieb eine lange, schmale Öffnung für den Rauchabzug.
5. Auf dem Erdboden breitete man weitere Matten aus, auf denen die Menschen nachts schliefen und tagsüber saßen.

Diese Schritte sind anhand der beschriebenen Materialien und Bauteile in eine nachvollziehbare Reihenfolge gebracht. Merriam zeichnete weder einen vollständigen Zeitplan der Bauarbeiten noch die genaue Anzahl der Stangen für ein einzelnes Haus auf.

Im Inneren des großen Hauses

Merriam beobachtete Pflanzenmatten auf dem Erdboden. Sie dienten sowohl als Schlafunterlagen als auch als Sitzplätze am Tag. Die Tachi stellten große Bahnen zur Dachbedeckung ebenso her wie eigene Matten für den Gebrauch im Haus.

Die umliegenden Sümpfe lieferten die langen Tule-Stängel, die örtlichen Weiden biegsame Stangen. Diese beiden Naturmaterialien prägten das ovale Haus am Tulare Lake.

Historische Quelle: C. Hart Merriam, „Field Work Among Yokuts Tribes, 1902–1904“, Aufzeichnung vom 4. Juni 1903, gedruckte S. 404 ff. — https://digicoll.lib.berkeley.edu/nanna/record/84252/files/ucas068-003.pdf?registerDownload=1&version=1&withMetadata=0&withWatermark=0.

Die Berg-Cahuilla — wie sie ein samat-Haus aus Stangen, Weiden, Yucca und Tule bauten

Südkalifornien, die Bergsiedlungen der Cahuilla

In den Bergsiedlungen der Cahuilla standen Häuser namens samat: Behausungen mit rechteckigem Grundriss, hölzernen Stützen und einem Pflanzendach. Eine der ausführlichsten Beschreibungen ihres Aufbaus wurde gegen Ende des 19. Jahrhunderts aufgezeichnet und 1900 veröffentlicht. Sie überliefert nicht nur Pflanzennamen, sondern auch die Längen der Stangen, die Anordnung der Pfosten und die Abstände zwischen den Dachelementen.

Was man verwendete. Feste Holzstangen des örtlichen Strauches o-ot — der Adenostoma, die an Berghängen zu großen Sträuchern heranwuchs. Für schwerere Bauteile verwendete man auch Holz großer Manzanita-Sträucher und von Eichen. Die Bauteile wurden mit frischen, biegsamen Yucca-Blättern verbunden. Für die Wände nutzte man Weidenzweige und für das Dach die Sumpfpflanze Tule, örtliche Gräser und Schilf.

Wie ein samat aussah. Der Grundriss konnte ungefähr 12 mal 18 Fuß groß sein, also etwa 3,7 mal 5,5 Meter. Die hohe Dachmitte wurde von zwei Stützen getragen; an den Ecken standen kürzere Pfosten. Ein Längsbalken und seitliche Auflager bestimmten die Neigung des Daches.



Die Berg-Cahuilla — wie sie ein samat-Haus aus Stangen, Weiden, Yucca und Tule bauten

Charles C. Pierce / California Historical Society CHS-547. Public Domain US. Wikimedia Commons .

Die Abfolge des Baus

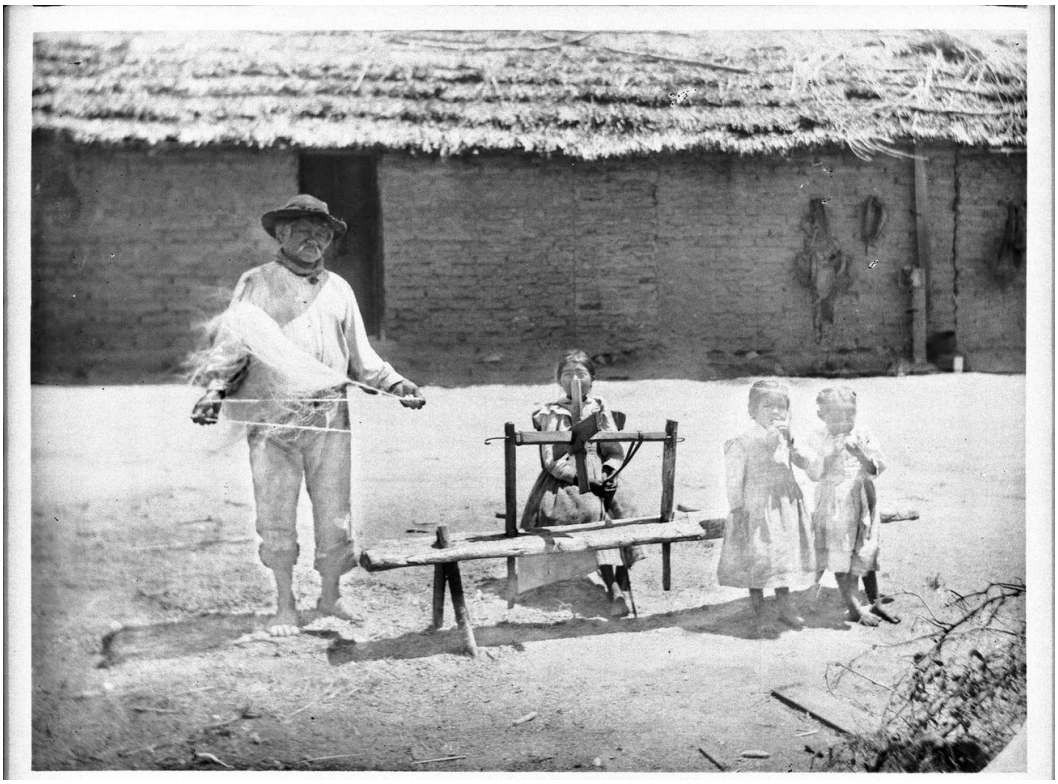
1. Standort und Maße. Auf der gewählten Fläche markierte man ein Rechteck für das künftige Haus. Die Berg-Cahuilla bevorzugten kleine Anhöhen und sanfte Hänge in der Nähe von Tälern.
2. Sechs Hauptpfosten. An den vier Ecken stellte man dicke Stangen auf, die an ihren oberen Enden eine natürliche Gabelung hatten. Über dem Boden blieben ungefähr vier Fuß, also etwa 1,2 Meter. In der Mitte jeder der beiden Stirnseiten wurde je ein weiterer, höherer gegabelter Pfosten aufgestellt; diese beiden ragten ungefähr acht bis neun Fuß beziehungsweise 2,4–2,7 Meter hoch. Gelegentlich stellte man neben den vorderen Pfosten einen siebten, der den Rand des Eingangs bildete.
3. Drei Längsbalken. Zwischen die Gabelungen legte man drei lange Stangen: einen oberen Balken entlang der Mitte und zwei seitliche Auflager. Die natürlichen Holzgabeln trugen die Enden der Balken.
4. Geneigte Dachsparren. Vom oberen Längsbalken zu den seitlichen Auflagern legte man die Dachstangen. Darüber befestigte man parallel zum Dachfirst dünnere Zweige im Abstand von jeweils sechs bis acht Zoll, also ungefähr 15–20 Zentimetern.
5. Bindungen aus Yucca. Alle Teile des Daches wurden mit frischen, biegsamen Yucca-Blättern befestigt. Daraus entstanden pflanzliche Bindungen, die Balken, schräge Stangen und Querhölzer zusammenhielten.
6. Wände aus Weiden. Entlang der Seiten trieb man zusätzliche Pfähle in den Boden. Dazwischen verflocht man Weidenzweige zu einer dichten Wand. Die Cahuilla bezeichneten Weiden als sak-hat. Teilweise füllte man die Zwischenräume zwischen den Zweigen mit feuchter Erde oder Lehm.
7. Pflanzendach. Die Tule-Stängel wurden in flachen Bündeln auf der geneigten Dachfläche ausgelegt. Dann legte man dünne Stangen quer über die Bündel, um das Pflanzenmaterial festzudrücken, und band diese Querstangen mit Streifen aus Yucca-Blättern fest. Im Bergland verwendete man außerdem hohe Gräser und Schilf.
8. Eingang ki-mil. In einer Stirnseite ließ man eine Öffnung frei, die ungefähr 1,4–1,5 Meter hoch und 60–90 Zentimeter breit war. Oberhalb davon befestigte man einen festen hölzernen Querbalken. Nachts konnte die

Öffnung mit einem einfachen gesonderten Schutzschild aus Stangen verschlossen werden, das durch eine Stütze oder Steine gehalten wurde.

9. Erdboden. Den Boden im Inneren vertiefte man leicht und stampfte ihn anschließend fest. Außerhalb des Hauses schüttete man an der Basis gelegentlich einen kleinen Erdwall auf. Im Dach ließ man in der Nähe des oberen Längsbalkens eine Öffnung, durch die Rauch abziehen konnte.
10. Schlafplatz. Im Inneren schlief man auf Decken und Tierhäuten, die auf dem Erdboden ausgebreitet waren. In manchen Häusern errichtete man entlang der Wände erhöhte Liegeflächen aus Holzstangen.

Was man im Sommer tat

Während der heißen Jahreszeit verwendeten die Cahuilla eigene offene Schutzdächer namens táish-kish-lu. Sie hatten einen quadratischen Grundriss und einen fast flachen oberen Teil. Leichte Stangen wurden mit Yucca-Teilen verbunden; Dach und Seiten bedeckte man mit Weidenzweigen. Unter einem solchen Schutzdach ruhte man tagsüber und erledigte Hausarbeiten. Zwischen den Zweigen konnte die Luft frei hindurchströmen.



Die Berg-Cahuilla — wie sie ein samat-Haus aus Stangen, Weiden, Yucca und Tule bauten

George Wharton James, CHS-3831. Public domain US. Wikimedia Commons .

So konnte es innerhalb einer Siedlung sowohl ein dichteres Haus für die kühle Jahreszeit als auch einen offenen Schattenschutz aus Pflanzen für die heißen Monate geben.

Historische Quelle: David Prescott Barrows, „The Ethno-Botany of the Coahuilla Indians of Southern California“ (1900), Kapitel III „Houses and House-Building“, S. 35–40 — https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/d/d1/The_ethno-botany_of_the_Coahuilla_Indians_of_Southern_California_%28IA_ethnobotany00barrrich%29.pdf.

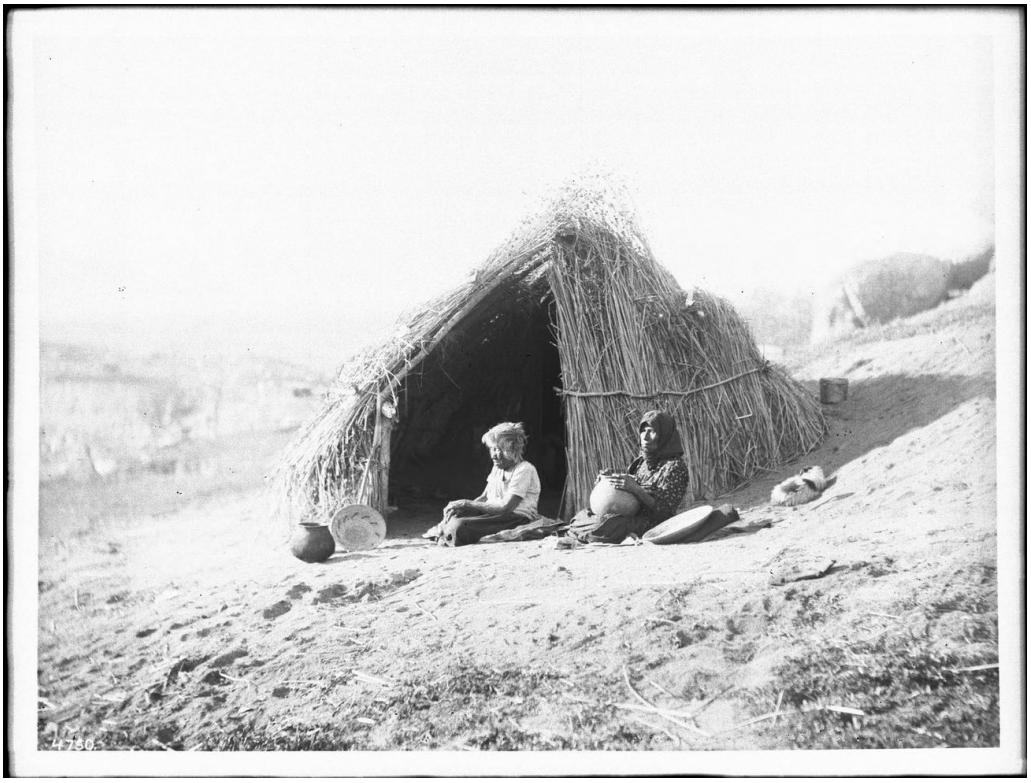
Die Cahuilla — ein rundes kish-Haus aus gebogenen Weidenzweigen

Ein Dach aus Tule und Palmblättern

In den Wüstensiedlungen Südkaliforniens errichteten die Cahuilla runde Häuser namens kish. Ihr Dach begann fast am Boden und wölbte sich kuppelförmig über dem Wohnraum. Anstelle langer Baumstämme und gemauerter Steinwände verwendete man biegsame Zweige und Pflanzen, die in der Nähe von Wasser wuchsen.

Manche kish-Häuser erreichten einen Durchmesser von 15–20 Fuß, also ungefähr 4,5–6 Metern. Innen befanden sich ein Erdboden, eine Feuerstelle und ein Bereich, in dem die Familie sich ausruhte und schlief.

Woraus das Haus bestand



Die Cahuilla — ein rundes kish-Haus aus gebogenen Weidenzweigen

George Wharton James, CHS-4750. Public domain US. Wikimedia Commons .

Die Grundlage bildeten lange Weidenzweige. Man bog sie zu einem gerundeten Gerüst. Außen legte man die jeweils verfügbaren Pflanzenmaterialien auf — lange Stängel der Sumpfpflanze Tule, Blätter von Fächerpalmen oder andere örtliche Pflanzen. Aus Tule flocht man außerdem Matten für den Boden und den Eingang.

Wie das kuppelförmige kish entstand

1. Für das Haus wählte man eine ebene Fläche und legte den runden Grundriss der künftigen Behausung fest.
2. Lange, biegsame Weidenzweige wurden nach innen gebogen und bildeten eine Kuppel über dem Platz.
3. Auf das Zweiggerüst legte man die pflanzliche Bedeckung. In Sumpfgebieten verwendete man Tule; in Gegenden mit Palmenoasen standen große Fächerpalmblätter zur Verfügung.
4. Auf der Vorderseite ließ man eine Eingangsöffnung frei, die sich mit einer Tule-Matte verschließen ließ.

5. Im oberen Teil des Daches blieb eine Öffnung für den Rauch der Feuerstelle, die sich in der Mitte des Erdbodens befand.
6. Im Inneren wurden Matten aus Tule ausgebreitet. Sie bedeckten den Boden und boten Platz zum Sitzen und Ausruhen.

Wie ein echtes Haus aussah

Um 1900 fotografierte George Wharton James zwei Cahuilla-Frauen vor ihrer kish-Behausung. Auf der Fotografie erhebt sich hinter ihnen eine dichte, runde Kuppel mit einem Pflanzendach. Die Frauen sitzen auf Decken, und neben ihnen befinden sich Körbe und Tongefäße.

Die Berg-Cahuilla kannten auch andere Häuser, darunter die rechteckigen samat mit hohen Holzstangen. Das runde kish war eine eigenständige Konstruktion: Seine Grundlage bildeten keine geraden Wände und ein Längsbalken, sondern gebogene Weidenzweige.

Quellen: „The Cahuilla Indians“, California State University, San Bernardino, Abschnitt „Shelter“ — https://www.csusb.edu/sites/default/files/Unit_3.2_Cahuilla_Student_Reader.pdf; Santa Rosa Band of Cahuilla Indians, „Culture“ — https://new.santarosacahuilla-nsn.gov/culture.html. Historische Fotografie: George Wharton James, CHS-4750 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Coahuilla_Indian_women_in_front_of_their_%22kish%22_California,_ca.1900_(CHS-4750).jpg.

Schlaf

Die Sierra Miwok — wie sie eine Schlafstätte aus Kiefernnadeln herrichteten

Schlafen auf dem Erdboden in den Bergbehausungen Kaliforniens

In den Waldsiedlungen der Sierra Nevada richteten die Miwok ihre Schlafplätze aus natürlichen Materialien her. Ihre Grundlage war kein hölzernes Bett, sondern der Erdboden der Behausung, auf dem eine Schicht Kiefernnadeln lag. Darüber breitete man eine Matte oder eine Decke aus. Eine solche Schlafstätte gehörte zur alltäglichen Einrichtung des Hauses.

Woraus der Schlafplatz bestand

Kiefernnadeln. In dem 1933 veröffentlichten Werk „Miwok Material Culture“ werden die Nadeln zweier Kiefernarten beschrieben: der Digger pine (Sabin-Kiefer) und der Western yellow pine (Gelb-Kiefer, Pinus ponderosa). Man verteilte die Nadeln auf dem Erdboden und schuf damit eine Schicht zwischen dem Boden und der oberen Schlafunterlage.



Die Sierra Miwok — wie sie eine Schlafstätte aus Kiefernnadeln herrichteten

Forest & Kim Starr. CC BY 3.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Matte. Auf die Kiefernnadeln legte man Matten. Die Ethnografen erwähnten außerdem Tierhäute als Schlafbedeckung. Die Nadeln befanden sich unten; die Menschen lagen auf der darüber ausgebreiteten Unterlage.

Kopfkissen. Manchmal schichtete man am Kopfende einen eigenen kleinen Haufen Nadeln auf. In anderen Fällen diente stattdessen eine zusammengerollte Decke aus Kojotenfell als Kissen.

Wie der Schlafplatz angeordnet war

1. Im Inneren der Behausung gab es einen Erdboden. An der zum Schlafen bestimmten Stelle verteilte man Kiefernnadeln.
2. Auf die Nadeln breitete man eine Matte oder eine andere Schlafunterlage aus. Geschlafen wurde auf dieser oberen Schicht.
3. Bei Bedarf bildete man am Kopfende ein kleines Kissen aus denselben Nadeln.

Nicht alle Schlafplätze befanden sich unmittelbar auf dem Boden. Für manche Menschen richtete man eine erhöhte Liege aus Weidenstangen oder anderen Holzstangen ein. Laut den Aufzeichnungen der Ethnografen lagen solche Schlafplätze 15–18 Zoll, also ungefähr 38–46 Zentimeter, über dem Boden. Dies war eine eigene, weniger übliche Variante.

Die natürlichen Materialien waren mit der Behausung selbst verbunden: Große Rindenplatten bildeten Wände und Dach, während die Nadeln der örtlichen Kiefern die weiche untere Schicht des Bettes ergaben. Die historische Beschreibung überliefert beide Möglichkeiten: Schlafen auf dem Boden und auf einer erhöhten Holzkonstruktion.

Quelle: S. A. Barrett und E. W. Gifford, „Miwok Material Culture“ (1933), Abschnitt „Dwellings“ — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Die Kumeyaay — schlafen auf Matten aus Tule

Eine pflanzliche Schlafunterlage im kuppelförmigen e’waa

Im Süden Kaliforniens bauten die Kumeyaay kuppelförmige Häuser namens e’waa aus Weidenzweigen. Über das biegsame Gerüst legten sie eine pflanzliche Bedeckung; innen blieb ein Erdboden. Zum Schlafen verwendeten sie Matten aus der Sumpfpflanze Tule oder Decken aus Kaninchenfellen.

Davon berichtet das Lehrbuch „A Teacher’s Guide to Historical and Contemporary Kumeyaay Culture“, das von Forschenden der San Diego State University mit Unterstützung mehrerer Kumeyaay-Gemeinschaften erarbeitet wurde.

Wie der Schlafplatz aussah



Die Kumeyaay — schlafen auf Matten aus Tule

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Im Inneren des Hauses lag eine Person auf einer Pflanzenmatte, die auf dem Boden ausgebreitet war. Über ihr befand sich das kuppelförmige Weidengerüst, das außen mit Tule-Stängeln, Blättern oder Buschwerk bedeckt war.

Tule wuchs an feuchten Standorten, an Wasserläufen und in Sümpfen. Die langen Stängel eigneten sich dazu, zu breiten Bahnen miteinander verbunden zu werden. Mit demselben Pflanzenmaterial bedeckte man Behausungen und fertigte Schlafunterlagen an.

Woraus die Schlafstätte bestand

Pflanzliche Schicht. Eine große Matte aus Tule trennte die liegende Person vom bloßen Erdboden.

Andere Bedeckung. Die Quelle nennt gesondert Decken aus Kaninchenfellen. Auch sie dienten zum Schlafen; je nach Situation wurden Pflanzenbahnen oder Felle verwendet.

Das Haus um den Schlafplatz. Wände und Dach aus Weidenzweigen und Pflanzen bildeten einen geschützten Raum. Für den Eingang blieb eine Öffnung frei; im oberen Teil des Hauses konnte sich eine Öffnung für den Rauchabzug befinden.

Was über die Matten selbst bekannt ist

Das historische Lehrbuch bestätigt ausdrücklich, dass die Kumeyaay auf Matten aus Tule schliefen. Es gibt jedoch keine detaillierte Abfolge ihrer Herstellung an, weder Stängelmaße noch die Breite einer Schlafmatte oder die Anzahl der Bindungen.

Am zuverlässigsten belegt ist deshalb die Anordnung des Schlafplatzes selbst: der Erdboden, eine Matte aus einer Sumpfpflanze und das kuppelförmige Haus ringsherum.

Die Kumeyaay lebten in verschiedenen Naturräumen, von den feuchteren Vorgebirgen bis zu den trockenen Gebieten Südkaliforniens. Dort, wo Tule wuchs, lieferten seine Stängel Material für alltägliche

Gegenstände. Innerhalb des e’waa konnte daraus eine weiche pflanzliche Unterlage werden, auf der man nachts ruhte.

Historische Quelle: Geralyn M. Hoffman und Lynn H. Gamble, „A Teacher’s Guide to Historical and Contemporary Kumeyaay Culture“ (2006), Abschnitt 1.5 „Shelter“, S. 9 — https://mtrp.org/wp-content/uploads/2024/08/kumeyaay_teachers_guide.pdf.

Die Tachi Yokuts — wie sie große Schlafmatten herstellten

Tule-Stängel und Querschnüre am Tulare Lake

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts besuchte Clinton Hart Merriam eine Siedlung der Tachi Yokuts nahe Lemoore in Kalifornien. Am 4. Juni 1903 sah er große ovale Häuser mit einer Bedeckung aus Tule. Im Inneren lagen eigene Pflanzenmatten, auf denen die Menschen nachts schliefen und tagsüber saßen. Bei späteren Besuchen hielt der Forscher fest, wie man die Stängel zu dichten Bahnen verband.

Tule wuchs in den Sumpfgebieten rund um den Tulare Lake. Seine langen Stängel wurden sowohl für Hauswände als auch für Schlafmatten verwendet. Der jeweilige Zweck beeinflusste jedoch die Dichte des Gewebes: Matten für den Boden wurden enger zusammengebunden als manche großen Wandbedeckungen.

Maße einer Schlafmatte



Die Tachi Yokuts — wie sie große Schlafmatten herstellten

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Merriams Aufzeichnungen zufolge waren die Maße unterschiedlich, häufig gab es aber Matten von ungefähr sechs Fuß Breite und acht Fuß Länge — etwa 1,8 mal 2,4 Meter. Auf einer so breiten Bahn konnte man schlafen; tagsüber blieb sie ein Platz zum Sitzen.

Wie die Stängel verbunden wurden

1. Die langen, runden Tule-Stängel wurden parallel nebeneinander ausgelegt und bildeten die Grundlage einer breiten Bahn.
2. Quer dazu legte man zwei Fäden oder Schnüre: Eine verlief auf der Vorderseite der Stängel, die andere auf der Rückseite. Beim Verbinden umschlossen diese Schnüre abwechselnd benachbarte Stängel.
3. Weitere Querbindungen wurden über die Länge der Matte wiederholt. Für eine große Wandbedeckung beschrieb Merriam Abstände von etwa zehn Zoll (25 Zentimetern). Bei Schlaf- und Bodenmatten konnten sie deutlich kleiner sein — ungefähr vier Zoll (10 Zentimeter).
4. Die Schnüre wurden so festgezogen, dass die langen Stängel dicht aneinanderlagen. Zwischen benachbarten Pflanzenteilen blieben kaum Zwischenräume.
5. Die oberen und unteren Enden wurden umgebogen und mit einer Querbindung befestigt. An den Seiten brachte man gelegentlich eine geflochtene Einfassung an.

So entstand eine große, biegsame Oberfläche aus Pflanzenmaterial. Anders als ein Korb mit hohen Wänden war die Matte flach und dafür bestimmt, auf dem Boden zu liegen oder das Gerüst einer Behausung zu bedecken.



Die Tachi Yokuts — wie sie große Schlafmatten herstellten

Gordon Leppig and Andrea J. Pickart, U.S. Fish & Wildlife Service. Public Domain US, federal USFWS work. Wikimedia Commons .

Matten im Haus

Merriam hielt fest, dass einige große Tule-Bahnen die Weidenstangen des ovalen Hauses bedeckten, während andere unmittelbar auf dem Erdboden lagen. Die Bodenmatten dienten zum Schlafen und Sitzen. Bei einer seiner Beobachtungen blieb eine Frau mit einem neugeborenen Kind auf einer solchen Unterlage.

In Merriams Unterlagen ist außerdem eine Zeichnung der Bindungen runder Stängel erhalten, die nach Berichten und Beobachtungen bei den Tachi im Jahr 1904 entstand. Sie zeigt, welch wichtige Rolle die häufigen Querbindungen bei der Herstellung spielten.

Historische Quelle: C. Hart Merriam, „Field Work Among Yokuts Tribes, 1902–1904“, Aufzeichnungen von 1903–1904, veröffentlicht 1967, gedruckte Seiten 404–408 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/84252.

Die Kawaiisu — wie sie im winterlichen tomo kahni schliefen

Mit den Füßen zur Mitte des Hauses und Decken für kalte Nächte

In den Tehachapi Mountains hießen die Winterhäuser der Kawaiisu tomo kahni. Eine historische Beschreibung, die von California State Parks überliefert wird, enthält eine ungewöhnlich genaue Einzelheit über das Schlafen: Im Inneren des Hauses lagen die Menschen mit den Füßen zu dessen Mitte gerichtet.

Das tomo kahni war ein rundes Haus, das einem umgedrehten Korb ähnelte. Es war mit Zweigen, Buschwerk, Rinde oder Matten aus Tule bedeckt. In der Mitte befand sich eine kleine, von Steinen umgebene Feuerstelle, und im oberen Teil des Daches blieb eine Öffnung für den Rauch.

Wie man im Inneren lag



Die Kawaiisu — wie sie im winterlichen tomo kahni schliefen

Chevy111. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Die Schlafplätze befanden sich rund um den zentralen Bereich. Wer sich zum Schlafen hinlegte, richtete die Füße zur Feuerstelle. Die Quelle beschreibt die Ausrichtung des Körpers in Bezug auf die Hausmitte, nicht eine einzige festgelegte Schlafhaltung.

Diese Anordnung hing mit der Bauform des Hauses zusammen: Der runde Innenraum besaß eine gemeinsame Mitte. Entlang des äußeren Randes konnten die Menschen ihre Plätze einrichten.

Womit man sich zudeckte

Für die kalte Jahreszeit fertigten die Kawaiisu große Decken aus Kaninchenfellen. Den Materialien von California State Parks zufolge wurden die Felle zu einer einzigen Bahn verbunden, in die man sich nachts einwickelte. Sie half, in der Kälte warm zu bleiben.

Im Winter befand sich die Schlafstätte innerhalb eines dicht bedeckten Pflanzenhauses. Das Dach bestand aus Zweigen und Buschwerk; eine äußere Schicht aus Rinde oder Tule-Matten schützte den Innenraum vor schlechtem Wetter. Den Eingang verschloss man mit einer aufgehängten Matte.

Die Mitte des Hauses

In der Hausmitte lag der steinerne Ring der Feuerstelle. Über ihr befand sich eine Öffnung im Dach. In kühlen Nächten konnte man Steine in der Feuerstelle erwärmen. In dem historischen Zeugnis über die Lage der Schlafenden steht jedoch nicht die Art der Heizung im Mittelpunkt, sondern ihre konkrete Ausrichtung: die Füße zur Mitte.

Wo und wann

Das Zeugnis bezieht sich auf die Winterbehausung der Kawaiisu im Gebiet der Tehachapi Mountains. Im Sommer errichteten sie offenere Häuser und Schattendächer, die hava kahni genannt wurden und sich von den dichten Winterhäusern unterschieden.

Die Beschreibung des tomo kahni zeigt nicht nur die Form der kuppelförmigen Behausung, sondern auch, wie die Menschen darin zum Schlafen lagen: mehrere Schlafplätze am Rand des Raumes, die Füße jeweils zur gemeinsamen Mitte gerichtet.

Historische Quelle: California State Parks, „Tomo-Kahni: Kid’s Page“, Abschnitte „Shelter“ und „Clothing and Rabbit Skin Blankets“ — https://www.parks.ca.gov/?page_id=24583.

Die Plains Miwok — große Schlafmatten aus Tule

Delta und Ebenen zwischen Sacramento und Stockton

Die Plains Miwok fertigten Matten aus den Sumpfpflanzen, die als Tule bezeichnet wurden, und verwendeten sie vor allem zum Schlafen. Die Ethnografen Barrett und Gifford überlieferten sogar ungefähre Maße: Manche Matten waren etwa sieben Fuß lang und drei bis vier Fuß breit. Das ergab eine breite Pflanzenbahn, auf der ein Mensch auf dem Erdboden liegen konnte.

Woraus man sie herstellte. In der historischen Aufzeichnung werden mindestens zwei Arten von Tule genannt. Bei der einen war der Stängel im Querschnitt rund, bei der anderen dreikantig. Diese langen Stängel der Sumpfpflanzen verband man zu einer Matte.

Wie die Bahn aufgebaut war. Viele lange Stängel lagen nebeneinander und waren zu einer einzigen breiten Bedeckung verbunden. In der ethnografischen Beschreibung heißt dieser Gegenstand he’sə — eine Matte der Plains Miwok. Ihre Größe ermöglichte es, sie nicht nur als Schlafplatz für eine Person zu verwenden, sondern auch einen größeren Bereich des Erdbodens damit auszulegen.



Die Plains Miwok — große Schlafmatten aus Tule

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Für die Website verkleinert..

Wie man schlief. Die Matte wurde auf dem Boden ausgebreitet, und man legte sich darauf. In anderen Gebieten der Miwok verteilte man zusätzlich Kiefernnadeln auf dem Boden und legte Matten und Tierhäute darüber. Dies waren unterschiedliche Varianten, die sich nach den örtlich vorhandenen Materialien richteten: Tule in den Sumpfsiedlungen, Kiefernnadeln in den Bergwäldern.

Was man tagsüber tat. Dieselben Matten wurden tagsüber auf dem Boden ausgebreitet und als Unterlage für gemeinsame Mahlzeiten verwendet. Die Pflanzenbahn war zugleich Bett und ein alltäglicher Bestandteil des Wohnraums.

Wo die Menschen lebten. Die Plains Miwok bewohnten die tief gelegenen Sumpfgebiete des Sacramento Valley und das Delta in Richtung Stockton. In ihrer Nähe wuchsen langstängelige Sumpfpflanzen, die sowohl für Behausungen als auch für Matten Material lieferten.

Wann. Die Quelle beschreibt die alltägliche Verwendung der Matten und begrenzt sie nicht auf einen einzelnen Monat. Die Menschen benutzten ihre Schlafunterlagen das ganze Jahr über.

Quellen: S. A. Barrett und E. W. Gifford, „Miwok Material Culture“ (1933), Abschnitt „Mats“, S. 244–245 — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/miwok_material_culture.pdf; Abschnitt „Dwellings“ — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Die Chemehuevi — schlafen auf einer erhöhten Liege aus Zweigen

Wüstenkalifornien, um 1900

Der Fotograf Charles Chester Pierce hinterließ eine seltene Aufnahme eines Schlafplatzes der Chemehuevi. Darauf ruht ein Mensch in der Nähe seiner Felder unter einem leichten Bogen aus Zweigen. Anstelle eines gewohnten Bettes sieht man einen aus langen Holzstangen bestehenden Rost, der über den Boden angehoben ist.

Wie der Schlafplatz angeordnet war

Zunächst fällt die untere Liegefläche ins Auge. Lange Stangen und Zweige liegen nebeneinander und bilden eine längliche Unterlage, auf der ein Mensch Platz findet. Sie ist über den Erdboden erhöht. Darunter bleibt ein freier Zwischenraum.



Die Chemehuevi — schlafen auf einer erhöhten Liege aus Zweigen

Charles C. Pierce. Public domain (US). Wikimedia Commons .

Darüber befindet sich eine weitere Konstruktion — ein bogenförmiger Schattenschutz. Gebogene Zweige formen eine gerundete obere Linie, während ihre Enden zu beiden Seiten der Liege aufliegen. Der Bogen spendet Schatten, verwandelt sich aber nicht in ein geschlossenes Haus: Die Luft kann seitlich frei hindurchströmen.

Unter dem Kopf des Schlafenden liegt eine zusammengefaltete Decke. Die historische Bildunterschrift bezeichnet sie ausdrücklich als Kopfkissen. Damit bestand die Schlafstätte aus mehreren einfachen Gegenständen: einer hölzernen Liegefläche, einem Schutzbogen aus Zweigen und einem weichen Bündel unter dem Kopf.

Wo und wann. Das Foto entstand ungefähr um 1900. Im Archiv der California Historical Society ist es als Schlafplatz eines Chemehuevi-Mannes verzeichnet, während er sich um Felder kümmerte. Der Ort steht mit der Wüstenregion von Palm Springs in Verbindung.

Dieses Bild bewahrt eine authentische Art, einen Platz für die Tagesruhe einzurichten: Man lag auf einem erhöhten Rost aus Zweigen und schützte sich mit einem Pflanzenbogen vor der Sonne.

Historische Fotografie: Charles C. Pierce, „Chemehuevi Indian man sleeping in his sleeping shelter in the field“, um 1900, California Historical Society, CHS-3527 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chemehuevi_Indian_man_sleeping_in_his_sleeping_shelter_in_the_field,_ca.1900_(CHS-3527).jpg.