

**Pflanze des Monats Februar**  
**Schwarzdorn - Prunus Spinosa**  
*Rosengewächse - Rosaceae*



Schlehe im Winter Foto: Helene Souza by Pixelio.de

Wenn der Winter sich langsam zurückzieht und sich erste Lebenszeichen in der Natur bemerkbar machen, zeigt sich der Schwarzdorn in seinem schönsten Blütenkleid. Nektarpflanzen für die Insekten sind in dieser Zeit noch rar. Neben der Weide und dem Hasel, ist die Schlehe eine der ersten Pflanzen, die den hungrigen Geflügelten ihren nährenden Nektar anbietet.

### **Botanik**

Die Schlehe ist ein mittelgroßer Strauch, der eine Höhe von ca. 3 Metern erreicht. Sie hat sperrig verzweigte, dornige Äste. Ihre Rinde zeigt sich rußig bis schwarzbraun. Der Schlehdorn besitzt ein weitreichendes, flaches Wurzelsystem. Beim Schwarzdorn erscheinen von März bis April zuerst die Blüten, dann erst die Blätter. Die Blüten zeigen sich schneeweiß, sie sind klein und kurz gestielt. Die Einzelblüten erscheinen aus gehäuft stehenden Knospen.

Der Schlehdorn hat seine Blätter wechselständig am Zweig angeordnet. Sie sind gestielt, breit-lanzettlich, mit einem keilförmigen Grund und einer stumpfen Spitze. Die scharf gesägten Blätter fühlen sich sehr weich an; sie sind am Anfang behaart und später im Jahr kahl. Auf ihrer Oberseite ist ihre Färbung dunkelgrün, unten hellgrün.

Im Alter von ca. 20 Jahren ist der langsam wachsende Strauch voll entwickelt er kann ein Lebensalter von 40 Jahren erreichen. Im September, Oktober reifen die Schlehen heran. Das sind etwa kirschgroße Steinfrüchte, die eine schwarzblaue Farbe haben und bereift sind. Diese Früchte sind kurz-gestielt, stehen aufrecht und besitzen einen großen runzeligen Steinkern, der sich nicht gut vom Fruchtfleisch löst. Schlehen schmecken vor dem Frost ausgesprochen herb und werden erst danach genießbar. Der Heckendorn bevorzugt trockenen, steinigen und kalkhaltigen Boden in sonniger Lage. Hecken, Waldränder und Gebüsche sind sein natürlicher Standort in ganz Europa.



Schlehenblüte Foto: Peter Röhl by Pixelio.de

### **Name**

Der lateinische Gattungsname *Prunus* steht für Kirsche/Aprikose. Die Artbezeichnung *spinosa* steht für dornig.

Die Bezeichnung Schlehe bezieht sich auf die Farbe der Früchte. Das mittelhochdeutsche Wort „slehe“ leitet sich vom indogermanischen „(S)liab“ ab, was „bläulich“ bedeutet. Die althochdeutsche Bezeichnung der Schlehe lautete „sleha“.

Andere Namen:

Bockbeerli, Christusdorn, Dornschleha, Effeken, Frauenschlehe, Hageldorn, Haberschlehe, Haferpflaume, Heckdorn, Heckendorn, Kietschkepflaumen, Kratzdorn, Saudorn, Sauerdorn, Schwarzdorn, Schleia, Schlechtbeeri, Schlingenbaum, Schlinke, Wallheckendorn.

Früchte:

Hagapfel, Scheißbeeren, Schneebeerle

## **Geschichte**

Die Geschichte der Schlehe geht weit zurück in die Vergangenheit. Bereits die Bewohner neolithischer Pfahlbauten verwendeten die Früchte des stacheligen Strauches, wie Funde belegen.

Schlehenfrüchte galten als „Arme-Leute-Essen“, „denn der Hunger lehret gar viel seltsame Speisen essen“.

Neben den herben Früchten, wurde auch der Strauch an sich genutzt. Zusammen mit Weißdorn, Heckenrose, Kreuzdorn und Berberitze bildete der Schwarzdorn eine natürliche Schutzhecke. Einmal dienten diese Hecken als Umfriedung von Gehöften, zum Anderen wehrten sie Eindringlinge ab. Die magische Aufgabe der Schlehe bestand darin, Schadzauber abzuwenden, gleichzeitig wurde der Strauch mit Gnomen, Zwergen, Trollen und Hexen in Verbindung gebracht. Außer den Früchten, nutzten die Menschen die Rinde, um Stoffe rot zu färben. Das harte Holz fand Verwendung als Wanderstab bzw. Zauberstab.

Ein weiterer Brauch war, in der „Haupttrudennacht“ (St. Otilie, 18. Juli) eine Räuchermischung aus Schlehdornzweigen, Raute und Wacholder zu mischen und dieses „zauberabwehrende“ Räucherwerk zu verräuchern.

Ein Ernteorakel belegt, dass es wichtig war zu wissen, wieviele Tage vor Walpurgis der Schwarzdorn erblüht. Denn soviele Tage vor dem Jakobustag (23. Oktober) wurde dann die Ernte eingeholt.

In der Antike kreuzten die Perser die Schlehe mit der dort heimischen Kirschkpflaume (*Prunus cerasifera*), daraus entstand die Pflaume, die bis heute auch bei uns sehr beliebt ist.



.Schlehenfrüchte Foto: Erich Keppler Pixelio.de

## **Verwechslung**

Schwarzdorn kann vor dem Laubaustrieb mit Weißdorn verwechselt werden. Weißdorn bildet zuerst seine Blätter aus, bevor er zu blühen beginnt.

## **Inhaltsstoffe**

Blüten:

Flavonglycoside (Kämpferin), Cumarinverbindungen, Blausäureglycosid (Amygdalin) wird beim Trocknen abgebaut

Früchte:

organische Säuren, Gerbstoff, Zucker, Pektin, Flavonoide, Harz, Vitamin C, Mineralstoffe, Proanthocyanidine

## **Heilwirkung**

Blüten:

mild abführend (geeignet für Schwangere und Kinder), harntreibend, blutreinigend, magenstärkend, zusammenziehend, schweißtreibend.

Früchte:

stoffwechselanregend, blutreinigend, zusammenziehend, stopfend, allgemein stärkend

## **Nebenwirkungen/Gegenanzeigen**

keine bekannt

**Achtung!** Die Kerne enthalten Blausäure und sind nicht für den Verzehr geeignet.

## **Anwendung**

### innerlich:

Blüten und Früchte: Verstopfung, Blutreinigung, unreiner Haut, Hautausschläge, Allergien, Schleimhauterkrankungen, Erkältungskrankheiten, zur Magenstärkung, bei Fieber und zusammen mit Gänsefingerkraut (*Potentilla anserina*) bei Bauchkrämpfen, allgemeiner Schwäche, Nieren- und Blasenbeschwerden (Schlehenmus), Appetitlosigkeit.

### äußerlich:

Blüten und Früchte: Entzündungen im Mund- und Rachenraum, Schleimhäute, Hauterkrankungen (zusammenziehend)

## **Tagesdosis**

Blüten/Früchte

als Tee: 1-2 TL für 200-250 ml heiß übergießen und bedeckt 9-12 Minuten ziehen lassen. Zwei Tassen pro Tag.

Als Sirup: täglich 1-2 Trinkgläser mit Wasser verdünnt.

Als Saft: siehe Sirup

## **Verwendung**

Blüten, Früchte, Tee (Heißaufguss, Kaltauszug), Tinktur, Wein, Sirup, Mus, Saft, Blütenessenz, Homöopathika, Räucherwerk

## **Heilsames**

Schlehenmus nach Adelheid Lingg

500 g Schlehen (nach dem Frost geerntet)

250 g Zucker

½ TL Zimt

1 Vanilleschote

Kirschwasser

So wird's gemacht:

Die Schlehen werden mit wenig Wasser weich gekocht und durch ein Sieb passiert. Dann mit Zucker, Zimt, und der ausgekratzten Vanille vermischen und unter Rühren kochen, bis alles eindickt. Am Schluss etwas Kirschwasser dazugeben und das Mus in Twist-off-Gläser füllen.

Schlehenmus dient bei Magen-, Nieren- und Blasenleiden, bei Durchfall mit Erbrechen als kräftigendes Stärkungsmittel.

## **Kulinarisches**

Schlehenlikör nach Susanne Fischer-Rizzi

4 Tassen Schlehenfrüchte (nach dem Frost geerntet)

3 Tassen Zucker/Honig/Ahornsirup

1 Vanillestange

4 Nelken

1 ½ Tassen Rosinen

1 l Kirschwasser oder Korn

So wird's gemacht:

Die Schlehen nach dem ersten Frost sammeln. In einem Mörser grob zerstoßen, sodass die Kerne aufspringen. Die Rosinen ebenfalls im Mörser stampfen. Die Vanilleschote

aufschlitzen. Alle Zutaten in ein großes Schraubglas füllen und mit dem Kirschwasser oder Korn übergießen. Gut verschließen und 8 Wochen stehen lassen. Gelegentlich umschütteln. Abseihen und in eine Flasche füllen. Nochmals im Keller 2 Monate lagern. Der Likör bekommt einen noch besseren Geschmack, wenn man die Beeren vor dem Zerstoßen im Backofen etwas antrocknet.

## Räuchern

Schlehen-Räucherwerk besteht aus Blättern, Blüten und Rinde.

Es wird für starke Kraft- und Schutzräucherungen verwendet. Schlehen-Räucherungen geben den Impuls durchzuhalten.



Erntereife Schlehen Foto: Susanne Schmich by pixelio.de.

## Quellen

- Amann, Prof. Dr. Gottfried; „Bäume und Sträucher des Waldes“; Naturbuch Verlag 1993 Weltbild Verlag, GmbH, Augsburg; 16. Auflage ISBN: 3-89440-558-9
- Bader, Marlis; „Naturrituale zur Lebensbegleitung, Baumkräfte und Räucherpflanzen zur Stärkung und Heilung“; AT Verlag Aarau und München 2014; ISBN: 978-3-03800-824-8
- Bäumler, Siegfried; „Heilpflanzen Praxis Heute“ Porträts, Rezepturen, Anwendungen; Urban & Fischer Sonderausgabe 1. Auflage 2007 ISBN: 978-3-437-57271-5
- Fischer-Rizzi, Susanne; „Blätter von Bäumen, Legenden, Mythen, Heilanwendungen und Betrachtungen von einheimischen Bäumen“; IRISIANA Heyne Bücher Taschenbuchausgabe 3/2001 ISBN: 3-453-18052-6
- Lingg, Adelheid; „Das Heilpflanzenjahr, Selbst heilen mit der Kraft der Pflanzen“; Franckh-Kosmos-Verlags-GmbH&Co.KG Stuttgart 2015; ISBN: 978-3-440-14547-0

- Puhle, Annekathrin, Trott-Tschepe, Jürgen, Möller, Birgit; „Heilpflanzen für die Gesundheit“; Franckh-Kosmos Verlags-GmbH Stuttgart 2013 ISBN: 978-3-440-12235-8
- Strassmann, Renato; „Baumheilkunde – Heilkraft, Mythos und Magie der Bäume“; Freya Verlags KG 2015; ISBN: 978-3-99025-109-6
- [www.uni-due.de/botanik/artnamen](http://www.uni-due.de/botanik/artnamen)
- wikipedia Stand 29.01.2020

Heidrun Johner-Allmoslöchner, zertifizierte Heilpflanzenfachfrau, Leimen; [www.naturwerkstatt-artemisia](http://www.naturwerkstatt-artemisia)