



Natur erleben auf dem Frau-Holle-Pfad Liebe kleinen und großen Natur-Entdecker!

Kennt Ihr diese Pflanzen und ihre Früchte, die für die Tiere des Waldrandes wichtig sind? Sucht doch mal, und überlegt, für welche Tiere sie eine leckere Nahrung sind!

Euer Naturpark Münden

Fichte



Fichtenspitzensirup

Aus den hellgrünen Fichtenspitzen könnt ihr im Frühling Fichtenspitzensirup machen: ein paar Hände voll sammeln, waschen, über Nacht in Apfelsaft einlegen und am nächsten Tag absieben und mit etwas Zucker zu Sirup kochen.

Kiefer



Die Früchte der Kiefer, die Kiefernzapfen, knacken und duften schön, wenn ihr sie im Herbst sammelt, trocknet und dann mit auf das Holzfeuer im Ofen legt.

Apfel



Bratapfel

Äpfel waschen, trocken tupfen und auf ein Backblech legen. Bei 180 °C ca. 30 Minuten goldgelb backen. Die Äpfel warm mit etwas Zucker genießen.

Holunder



Der Holunderbusch war der Lieblingsbaum der germanischen Göttin Holla, die wir vor allem als Frau Holle kennen. Aus den Blütendolden wird Sirup und im Herbst aus den blau-schwarzen Früchten Saft und Gelee hergestellt.

Buche



Bucheckern werden gern von Eichhörnchen als Wintervorrat oft weit vom Fundort entfernt versteckt. Wenn sie sie manchmal nicht wiederfinden, wundert ihr euch vielleicht, warum eine Buche mitten im Fichtenwald wächst – die hat das Eichhörnchen dann nicht wiedergefunden und die Buchecker ist zu einem kleinen Baum gekeimt.

Hainbuche



Die Hainbuche oder Weißbuche gehört gar nicht zu den Buchen – sie ist ein Birkengewächs! Der Name Hainbuche kommt von „Hanebüchen“, ein Wort, das früher für alles Grobklotzige, Schwere und Harte stand. Die Hainbuche ist die zweithärteste einheimische Holzart.

Brombeere



Brombeerjoghurt

Brombeeren waschen und abtropfen lassen, dann mit etwas Zucker bestreuen und gut umrühren. Nach kurzer Ziehzeit mit Naturjoghurt mischen. Fertig!

Rose/Hagebutte



Hagebuttentee

Die Hagebutten waschen, trocknen, Blüte und Stiel entfernen und mit dem Wiegemesser kleinschneiden. Im Ofen bei ca. 40 °C trocknen. In einem gut verschließbaren Glas aufbewahren. 1 bis 2 Teelöffel in 250 ml siedendes Wasser geben und 10 Minuten kochen.



www.naturpark-muenden.de www.hann.muenden-tourismus.de

Naturpark
Münden

