



Dieser Beitrag ist in der Ausgabe **2/2017** des Lehrermagazins „**lebens.mittel.punkt**“ erschienen. Unter www.ima-lehrermagazin.de finden Sie die ganze Ausgabe zum Download!

Süß-saures Vergnügen

Beerenobst aus heimischem Anbau

Sommerzeit ist Beerenzeit! Das Angebot an heimischem Beerenobst in Hofläden, Supermärkten oder auf Wochenmärkten ist vielfältig und lecker. Erdbeeren und Heidelbeeren läuten die Saison im Mai ein, späte Ernten der Himbeeren und Brombeeren beenden sie im Oktober. Der Baustein stellt einzelne Sorten vor und erklärt, wie sie hierzulande angebaut werden.

Beeren-Botanik

Unter „Beerenobst“ sind Obstarten zusammengefasst, die alle weich, klein und rundlich sind. Der Sammelbegriff ist allerdings botanisch nicht ganz richtig: Zu den echten Beeren zählen nämlich nur Früchte, deren Samen im reifen Zustand vom Fruchtfleisch umhüllt sind (Schließfrüchte). Erdbeeren hingegen sind botanisch betrachtet Sammelnussfrüchte, bei denen die kleinen Nüsschen auf dem fleischigen Blütenboden sitzen. Auch bei Himbeeren und Brombeeren handelt es sich nicht um Beeren, sondern um Sammelsteinfrüchte. Sie bestehen aus zahlreichen kleinen zusammenhängenden Steinfrüchten, die auf einem zapfenförmigen Fruchtboden sitzen. Johannisbeeren ordnet man den Stachelbeergewächsen zu. Ihre Beeren sind in Trauben

bzw. Rispen angeordnet und es werden rote, weiße und schwarze Arten unterschieden. Auch Stachelbeeren zählen – wie der Name vermuten lässt – zu den Stachelbeergewächsen. Von Natur aus besitzen sie Stacheln an den Stängeln, neue Züchtungen sind jedoch stachelfrei. Heidelbeeren gehören zu den Heidekrautgewächsen. Bei ihnen bilden einzelne Blüten je eine kugelige, blauschwarze Beere. Darüber hinaus gibt es noch viele weitere Beeren, die allerdings eine geringere Marktbedeutung haben bzw. wild wachsen, z.B. Sanddorn, Maulbeeren, Preiselbeeren, Holunder, Schlehen und Wacholderbeeren.

Superfood aus der Region

„Superfood“ ist momentan in aller Munde. Der Begriff bezeichnet Lebensmittel, die aufgrund ihres Nährstoffge-

LERNZIELE UND KOMPETENZEN:

Fächer: Sachkundeunterricht

Die Schülerinnen und Schüler

- » lernen heimische Beerenarten kennen und verkosten diese;
- » beschriften einen Heidelbeerenstrauch;
- » ordnen Texte und Bilder vom Strauch bis zum Verzehr;
- » bereiten frische Speisen zu.

haltes einen hohen gesundheitlichen Nutzen haben und natürlichen Ursprungs sind. Da Beeren reich an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, sekundären Pflanzenstoffen und Ballaststoffen sind, zählen sie auch zu diesen wertvollen Lebensmitteln. Sie schmecken angenehm süß oder säuerlich und können roh verzehrt werden. Auch in Quarkspeisen oder Milchshakes, im Müsli oder auf Kuchen bringen sie sommerliche Abwechslung. Es wird empfohlen, fünfmal täglich eine Portion Obst oder Gemüse zu essen.

Beerenanbau in Deutschland

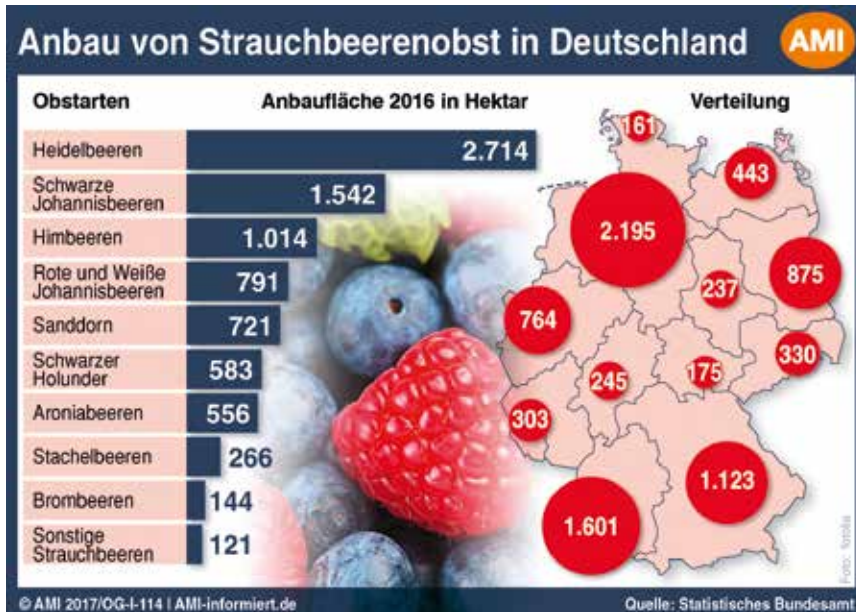
Beeren sind sehr genügsam und stellen geringe Ansprüche an das Klima und den Boden. Hierzulande werden alle bedeutenden Beerenarten in Plantagen angebaut. Beerenobstanbau zählt zu den Sonderkulturen. Das sind Bereiche der Pflanzenproduktion, die besonders arbeits- und kapitalintensiv sind. Der Aufbau und die Pflege einer Beerenplantage sind folglich mit viel

AUF WILDER BEERENSUCHE!

Besonders im Sommer laden auch in freier Natur viele leckere Beeren zum Naschen ein. Man sollte allerdings nur Früchte sammeln, die bekannt sind – wie Walderdbeeren oder wilde Brombeeren – und die auch wirklich reif sind. Beim geringsten Zweifel sollte man die Früchte an den Pflanzen lassen oder Bestimmungsbücher zurate ziehen. Der Verzehr bspw. Roter Vogelbeeren bewirkt Magen- und Darmbeschwerden. Auch der Sammelort ist wichtig: Das Pflücken in Schutzgebieten ist verboten. Generell sollte man behutsam mit den Pflanzen umgehen. Zweige und Ranken dürfen nicht abgebrochen und niedrige Sträucher nicht zertreten werden. Beeren an Straßenrändern können mit schädlichen Stoffen belastet sein. Auch Infektionen sind über Wildfrüchte möglich, doch selten. Die Zahl der an Fuchsbandwurm erkrankten Menschen belief sich 2015 auf deutschlandweit 15 Fälle. Am besten die Früchte vor dem Verzehr waschen!



Beim Sammeln sind Regeln zum Schutz der Gesundheit und der Natur zu beachten.



Arbeit und mit hohen Kosten verbunden. Beerensträucher benötigen deutlich mehr Pflege als bspw. Getreide oder andere Feldfrüchte.

Strauchbeeren wurden 2016 auf insgesamt 8.460 Hektar angebaut, davon 97 Prozent im Freiland. Knapp ein Drittel der Anbaufläche fällt allein auf die Kulturheidelbeeren. Als neue Trendbeere entwickelt sich die Aroniabeere. Im Allgemeinen ist die deutsche Strauchbeerenfläche in den vergangenen Jahren deutlich gewachsen. Dies gilt besonders für rote und weiße Johannisbeeren sowie für Brombeeren, manche Beerenarten gingen zurück. Der geschützte Anbau von Beeren in Gewächshäusern und begehbaren Folientunneln hat sich in den vergangenen Jahren dynamisch entwickelt, v.a. bei Himbeeren.

Vom Steckling zum Strauch

Die Vermehrung von Beerenobst erfolgt meist über das Abtrennen von Stecklingen, die auch Ruten genannt werden. Das sind einzelne, dünne, lange und biegsame Zweige. Sie verfügen zum Zeitpunkt der Abtrennung von der Mutterpflanze bereits über mehrere eigene Triebe. Die Ruten werden in einem Topf oder direkt an Ort und Stelle in die Erde gesteckt – je nach Jahreszeit und Empfindlichkeit der Pflanze. Sie bilden innerhalb weniger Wochen Wurzeln und wachsen zu neuen Stauden heran. Das Auspflanzen kann im Herbst oder im Frühjahr erfolgen. Da es sich bei Strauchbeeren um Dauerkulturen handelt, müssen sie nicht jedes Jahr neu gepflanzt werden. Allerdings benötigen die AnbauerInnen etwa zwei bis drei Jahre Geduld, bis sie von den neuen Sträuchern ernten können. Dann aber bringen sie über mehrere Jahre eine gute Ernte ein.

Um vital zu bleiben, müssen die Beerensträucher regelmäßig gepflegt, gedüngt und beschnitten werden. Der beste Zeitpunkt für den Schnitt ist der Winter. Alternativ können die Sträucher auch im Sommer direkt nach der Ernte geschnitten werden. Da Vogelfraß zu großen Ertragsausfällen führen kann, werden immer mehr Plantagen durch Netze geschützt.

Erntefrisch auf den Tisch

Da das meiste Beerenobst sehr druckempfindlich ist und schnell verdirbt, werden die reifen Früchte einzeln von Hand direkt in die Verkaufschalen geerntet und auf dem kürzesten Weg zum Verbraucher gebracht. Der Kauf von Beeren aus regionalem Anbau gewährleistet die größtmögliche Frische und den besten Geschmack. Denn je kürzer der Weg, desto frischer die Beere! Viele Beerenanbaubetriebe haben auch Selbstpflückfelder für ihre Kunden angelegt, auf denen diese in der Saison – natürlich gegen ein

Auf manchen Plantagen ist das Selbstpflücken gegen ein kleines Entgelt erlaubt.



Entgelt – selbst Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren und Co. ernten können. Wer auch später im Jahr noch leckere Beeren, die in der Nähe gewachsen sind, genießen möchte, kann sie entweder einfrieren oder zu Marmelade, Gelee, Sirup oder Saft verarbeiten. Natürlich bieten auch Hofläden und Supermärkte eine große Auswahl dieser haltbar gemachten Beerenprodukte das ganze Jahr über an.

METHODISCH-DIDAKTISCHE ANREGUNGEN

Hängen Sie das Poster „Unser Obst“ (siehe Kasten) auf. Mit folgenden Fragen fällt der Start in das Thema leicht: Welche Beeren mögt ihr am liebsten? Welche habt ihr noch nie probiert? Wer hat schon mal Beeren gepflückt – wo und wann war das? Hat jemand Beerensträucher zu Hause? Wie sehen diese aus? Wann sind die Beeren reif?

Im Sommer bietet sich eine Verkostung verschiedener Beeren an. Sowohl alle Sinne als auch der Wortschatz werden gefördert, indem die Kinder die Farbe, Konsistenz, den Aufbau und den Geschmack jeder Beerenart beschreiben. Mit dem **Arbeitsblatt „Beeren Vielfalt“** vom Poster testen die Kinder dann ihr bisheriges Wissen zu den verschiedenen Beeren.

Mit **Arbeitsblatt 1** lernen die Kinder den Aufbau eines Kulturheidelbeerenstrauches, seine verschiedenen Pflanzenteile und deren Funktionen kennen. Darauf baut **Arbeitsblatt 2** auf, welches die Entwicklung der Heidelbeeren von der Blüte bis zur Ernte bzw. dem Verzehr zeigt.

Auf der Sammelkarte (Seite 15/16) finden Sie ein **Rezept** für einen herzhaften Beeren Salat. Ein Beeren-Smoothie-Rezept und die **Bewegungsspiel-Idee** „Alle Beeren wachsen an ...“ gibt es in Heft 3 (Seite 27).

Erkundigen Sie sich bei den Obstanbauern in ihrer Nähe, ob es die Möglichkeit für eine **Hofbesichtigung** und Selbstpflücken auf den Plantagen gibt.

LINK- UND MATERIALTIPPS

- » Anknüpfende Materialien z. B. in Heft 3 (Erdbeeren), 6 (buntes Obst und Gemüse, 5 am Tag), 8 (Jahreszeiten der Pflanzen) und 16 (regionale Landwirtschaft) unter www.ima-lehrermagazin.de
- » Unterrichtsposter „Unser Obst“ von i.m.a und BVEO unter www.ima-shop.de
- » Saisonkalender unter www.ima-lehrermagazin.de sowie Rezepte und Informationen unter www.deutsches-obst-und-gemuese.de
- » Kurzfilm über eine Heidelbeerplantage unter www.youtube.com → **Suche: Kulturheidelbeeren Sommertour**

Der Heidelbeerstrauch

Die Heidelbeere gehört zur Pflanzenfamilie der Heidekrautgewächse. Da die Ernte großer Mengen in den Wäldern viel zu aufwendig ist, werden Blau- und Heidelbeeren bei uns in Plantagen angebaut. Im Gegensatz zu ihren wilden Verwandten im Wald wachsen die Kulturheidelbeeren an hohen buschigen Sträuchern.

Lies dir alle Texte durch. Ergänze diese Begriffe in den richtigen Textkästen und ziehe Linien zu den Pflanzenteilen:

Wurzeln, Blätter, Früchte, Zweige, Boden, Wasserschlauch

Früchte

Sie sind ein bis zwei Zentimeter groß und violett-schwarz gefärbt. Sie sitzen in Trauben an den Zweigen.

Blätter

Sie sind wechselständig angeordnet und giftig. An der Unterseite sind sie heller als an der Oberseite und leicht behaart.

Zweige

Sie sind stark verzweigt. Die Heidelbeersorten auf einheimischen Plantagen wachsen etwa ein bis zwei Meter hoch.

Wasserschlauch

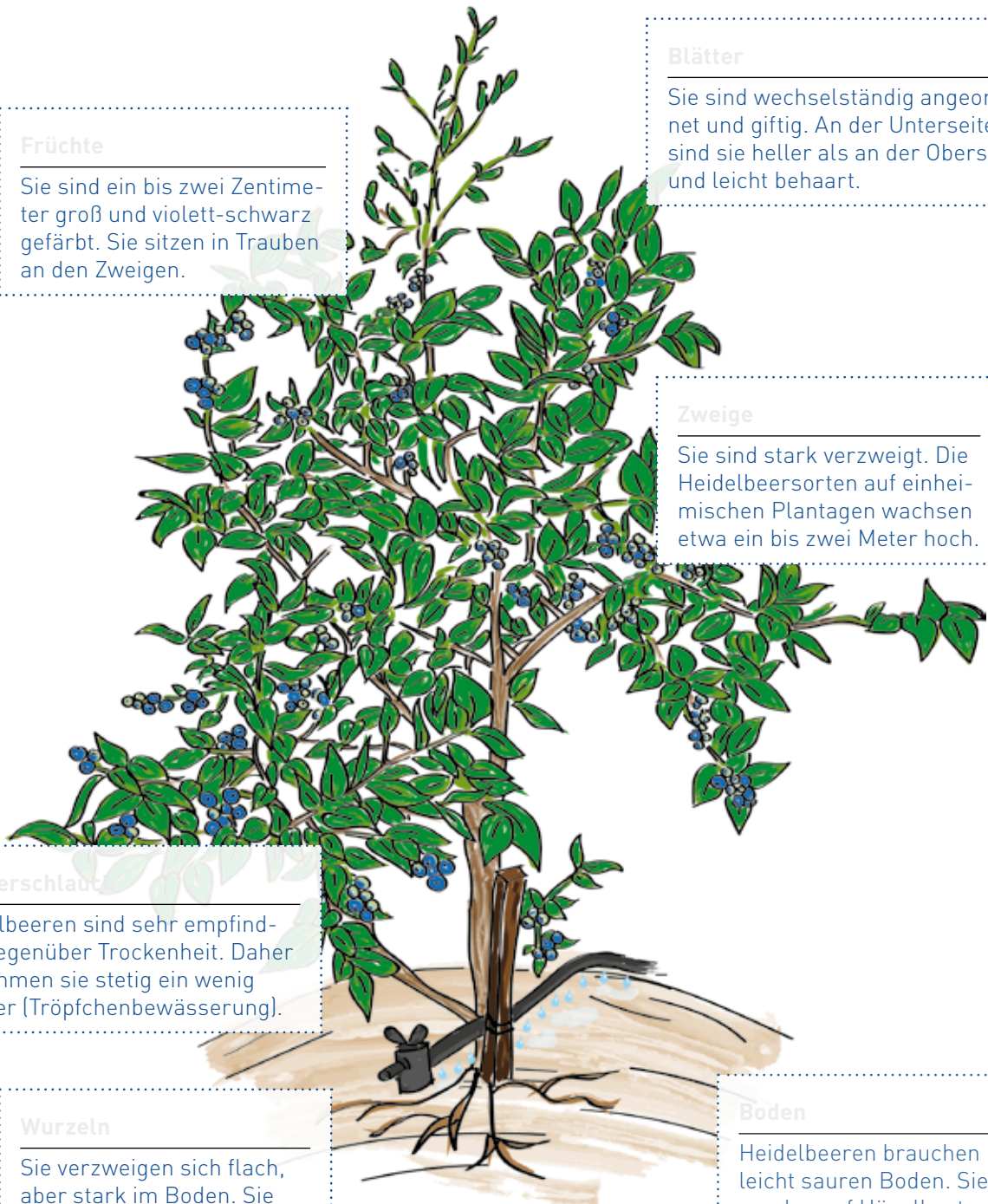
Heidelbeeren sind sehr empfindlich gegenüber Trockenheit. Daher bekommen sie stetig ein wenig Wasser (Tröpfchenbewässerung).

Wurzeln

Sie verzweigen sich flach, aber stark im Boden. Sie halten den Strauch dort fest und nehmen Nährstoffe auf.

Boden

Heidelbeeren brauchen leicht sauren Boden. Sie werden auf Hügelbeete oder in große Kübel gepflanzt.



Der Weg der Heidelbeeren: Vom Strauch in den Mund

Schneide die Bilder aus und bringe sie in die richtige Reihenfolge. Die großen Buchstaben bilden ein Lösungswort.



Reife Heidelbeeren sind ganz blau und weich. Die Früchte werden einzeln von Hand direkt in die Verkaufsschalen geerntet. Ein Erntehelfer pflückt etwa vier bis acht Kilogramm pro Stunde.



Kulturheidelbeeren schmecken frisch in Obstsalat oder Müsli, in Backwaren wie Muffins, Pfannkuchen oder Kuchen, in Milchspeisen wie Quark oder Joghurt und vielem mehr.



Im Herbst färben sich die Blätter gelb bis leuchtend rot. Danach werfen die Sträucher ihr Laub ab. Den Winter verbringen sie in einer Ruhephase.



Nach der Ernte werden die Beeren schnellstmöglich verkauft. Denn je kürzer der Weg, desto frischer die Früchte und desto höher die Qualität.



Nach der Bestäubung, meist durch Hummeln und Wildbienen, wachsen die Früchte heran. Zuerst ist ihre Schale noch grün. Die Früchte eines Strauches reifen nicht alle gleichzeitig.



Die weißen bis rosafarbenen Blüten sind krugartig geformt. Bei uns erblühen sie meist in den ersten beiden Maiwochen. Die Blüte dauert etwa vier Wochen, je nach Witterung.

Lösungswort: G E N U S S