

Naturparke
Wir leben Natur.
Wir lieben Kultur.
Wir sind Heimat.



**Naturpark
Saar-Hunsrück**



Pressemitteilung 29. April 2020

überregional

40 grüne Landmarken zum Naturpark-Jubiläum

An kulturgeschichtlich bedeutenden Orten oder bei historischen Ereignissen wurden früher oft Einzelbäume gepflanzt. Ihr besonderer Wuchs, majestätisches Aussehen und hohes Alter hat sie zu grünen Landmarken oder Dorftreffpunkten werden lassen und viele Menschen fasziniert. Sie spenden Schatten, schützen vor Wind und Regen, regulieren Klima und Wasserhaushalt, bieten Lebensraum für zahlreiche Tiere und gestalten unsere liebenswerte Heimat. Viele knorrige Zeitzeugen leben nicht mehr, junge Einzelbäume brauchen über ein Menschenleben hinaus Zeit, bis sie ihre stattliche Größe und Umfang erreichen.

Um zukünftigen Generationen derartige Landschafts- und Dorfbilder prägende Altbäume erleben zu lassen, wollen wir zum Naturpark-Jubiläum 40 klimawandelfähige Einzelbäume wie z. B. Eiche, Winterlinde, Wildbirne, Hainbuche, Speierling, Walnuss, Mehl- oder Elsbeere im Herbst 2020 pflanzen. Biodiversitätsstelen mit Wildbienenmöglichkeiten werden sie begleiten.

Ihre Anregung für einen landschaftsprägenden oder innerörtlichen Pflanzort in unserer Heimat, der z. B. Geschichte schreiben wird, Wegemarke oder Treffpunkt werden soll, nehmen wir gerne entgegen. Den Baum inkl. Pfahl, Verbiss- u. Wühlmausschutz sowie Biodiversitätsstelen stellen wir bereit.

Neben der Baumpflanzaktion werden im Jubiläumsjahr 40 Heimat-Forschertage für Schulen und Kitas verlost und 40 kostenfreie Heimat-Expeditionen in den Mitgliedskommunen mit Naturpark-BotschafterInnen, LandrätInnen, BürgermeisterInnen in Begleitung von Natur- und Kulturexperten und VIPs angeboten.

Weitere Infos über die Jubiläums-Aktionen erhalten Sie unter <https://www.naturpark.org/aktuelles> und bei der Naturpark-Geschäftsstelle Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0 und info@naturpark.org.



Grüne Landmarke, Foto: © Naturpark/VDN/Moisel

überregional

Naturpark-Wildkräuterküche im Frühling: Giersch

Giersch besitzt bis zu dreizehnmal mehr Mineralstoffe als Grünkohl und hat einen viermal höheren Vitamin-C-Gehalt als Zitronen. Das macht Giersch, häufig als "unverwüsthliches Unkraut" angesehen, richtig scharmant.

Giersch kulinarisch

Giersch wird seit Urzeiten als Wildgemüse genossen. Das robuste, wuchskräftige Kraut, verwandt unter anderem mit Möhre, Pastinake und Petersilie, ist ein wahrer Segen für Eingeweihte. Die zarten jungen Gierschblätter sind ideal in Salaten, Gemüsegerichten, Aufläufen, Füllungen, Suppen, Pesto, Tee oder Limonade. In der Kriegszeit galt Giersch als der Spinatersatz schlechthin. Ältere und getrocknete Blätter können als Petersilienersatz überall dort eingesetzt werden, wo auch die Petersilie gut schmeckt. Die unreifen oder reifen Samen sind ein Würzmittel. Die Blüten sind ein essbarer Hingucker auf dem Teller.

Giersch nahrhaft und heilwirksam

Bereits im Mittelalter galt Giersch als Heilmittel gegen Gicht und Herzgefäßerkrankungen. Der lateinische Name *Aegopodium podagraria* (*podagra* = Gicht) weist darauf hin. Bei Beschwerden im Fußbereich, Gichtknoten, schlecht heilenden Wunden, Rheuma und Ischias schreibt die Volksmedizin Giersch z. B. als Badezusatz oder Salbe angewandt, lindernde Wirkung zu. Tee aus den frischen Gierschblättern kann als Frühjahrskur eingenommen werden. Der Pflanzensaft der zerriebenen Pflanze verringert meist das Anschwellen von Insektenstichen und schafft Linderung bei Verbrennungen. Wertvolle Inhaltsstoffe der Pflanze sind Kalzium, Kalium, Mangan, Magnesium, Phosphor, Silizium, Cumarin, Eisen, Vitamin A und C, Nitrate, Saponine, Kaffeesäure und ätherisches Öl. Durch seinen Mineralreichtum eignet sich der Sud des Giersches auch als Pflanzendünger.

Boden, Standort und Ernte

Giersch wächst häufig an nährstoffreichen, etwas feuchteren Standorten im Halbschatten unter Gebüschen in Gärten, am Waldsaum, neben Bächen und Flüssen. Für den frischen Verzehr empfiehlt sich die Ernte der zarten, jungen Triebe, sie treiben immer wieder nach. Durch langsames Trocknen und anschließend in Papier- oder Stoffbeuteln aufbewahrt, lässt sich Giersch konservieren. Gehen Sie jedoch sicher, dass es sich bei der Pflanze tatsächlich um Giersch handelt, da er verwechselt werden kann mit giftigen Doldenblütlern.

Diese bis zu einen Meter hoch werdende Pflanze, mit ihren palmartigen Blättern und den zierlichen weißen Doldenblüten ist eine wahre Schmuckstaude und Delikatesse.

Weitere Infos z. B. unter <https://www.kostbarenatur.net/anwendung-und-inhaltsstoffe/giersch/>. Informationen über den Naturpark erhalten Sie bei der Naturpark-Geschäftsstelle Hermeskeil, Telefon 06503/9214-0 und info@naturpark.org.



Junger Giersch, Foto: © Naturpark Saar-Hunsrück