

Kirschen als Aspirin-Ersatz?

Über Süß-Kirschen (*Prunus avium*) und Schlehdorn (*Prunus spinosa*)

In den USA blieben in großen Kirschen-Anbaugebieten zur Kirschenzeit Arztpraxen auffällig leer ... dieser Tatsache ging ein Forscherteam nach und entdeckte Erstaunliches.

Neues Wissen: Kirschen als wirksame Schmerzstiller

Das Forscherteam wies nach, dass die in den Fruchtschalen der Kirschen enthaltenen Farbstoffe, in diesem Fall Anthocyane, schmerzstillend wirken. Je dunkler und saurer die Früchte, desto wirksamer sind sie, am wirksamsten sind also Sauer-Kirschen. 20 Kirschen enthalten 25 Milligramm Anthocyane, die auf schmerzverursachende Enzyme Einfluss nehmen.

Altes Wissen: Kirschenstiele als Tee

Kirschenstiele der Süß-Kirsche, genauer: die Stiele der Früchte, haben als Tee zubereitet schon lange ihren Platz in der Volksmedizin. Die enthaltenen Gerb- und Bitterstoffe sollen bei Prostatabeschwerden wirken, Kirschenstiele („Stipites cerasorum“) werden auch als schleimlösender Tee bei Kindern angewendet.

Was sind Kirschen aus botanischer Sicht?

Die Gattung *Prunus* umfasst eine ganze Reihe an Obstgehölzen, die auf den ersten Blick wenig äußerliche Gemeinsamkeiten zu haben scheinen. Mandeln, Marillen und Kirschen gehören ebenso dazu wie der Schlehdorn.

Die weltweit verbreitete, heterogene Gattung ist in sogenannte Untergattungen gegliedert. Als Unterscheidungsmerkmale spielen u.a. die Form des Blütenstandes, die Behaarung von Fruchtknoten und Frucht und die Art und Weise, wie das Laubblatt in der Knospe liegt, eine Rolle. Süß-Kirsche (*Prunus avium*) und Schlehdorn (*Prunus spinosa*) repräsentieren dabei jeweils eine dieser Untergattungen. Beide Arten sind in Österreich häufige Gehölze.

Der **Schlehdorn** ist ein im zeitigen Frühjahr blühender Strauch. Entlang von Feldgrenzen oder an Waldsäumen bilden die blühenden Schlehdorne regelrechte „weiße Wolken“. Im Herbst zieren die stahlblauen, bereiften Früchte.

Die **Süß-Kirsche** kann zu einem mächtigen Baum heranwachsen. Als typische Art der Eichen-Hainbuchenwälder ist sie u.a. im Wienerwald häufig anzutreffen, besonders auffällig mit leuchtend weißen Blüten im Frühjahr und flammend rot gefärbtem Laub im Herbst. Von der Süß-Kirsche gibt es drei Unterarten, die eine hat dünnfleischige, bittersüße, kleine Früchte (das ist die wilde Vogel-Kirsche, *Prunus avium* subsp. *avium*), die beiden anderen sind die Kulturformen der Süß-Kirsche: die Herz-Kirsche (*Prunus avium* subsp. *juliana*) und die Knorpel-Kirsche (*Prunus avium* subsp. *duracina*).

Der Schlehdorn als Heilpflanze

Der Schlehdorn findet in der Volksmedizin und als Hausmittel Verwendung. Kneipp empfiehlt z.B. die Blüten als Abführmittel. Kulinarisch interessant und mit hohem Vitamin C-Gehalt ausgestattet sind aber vor allem die Früchte. Sie sind erst nach der Einwirkung der ersten Fröste genießbar, Ungeduldige wissen sich mit einer Gefriertruhe zu helfen. Schlehdorn-Früchte werden zu Mus oder Marmelade verarbeitet, die gut bei Appetitlosigkeit helfen sollen. Schlehen-Likör und -Wein sind kulinarische Kostbarkeiten!

B. Knickmann 2012

LITERATUR: PIRC, H. (2002): Wildobst im eigenen Garten. – <http://baum-des-jahres.de/index.php> – <http://www.arthritis-treatment-and-relief.com/cherries-and-arthritis.html>

Information erstellt im Rahmen der GSPC-Umsetzung in Österreich.