



© MaleWitch / iStock / Thinkstock

Ungenießbare Vogelbeeren

Die leuchtenden roten Früchte und die prächtige Färbung des Laubes im Herbst machen die **Eberesche** zum dekorativen Hingucker. Vor allem Vögel werden von ihm angelockt.

Die Eberesche (*Sorbus aucuparia*) hieß ursprünglich Abersche, die falsche Esche, was auf die gefiederten Blätter beider Baumarten zurückzuführen ist. Allerdings ist die Eberesche kein Ölbaumgewächs (Oleaceae) wie die Gemeine Esche (*Fraxinus excelsior*), sondern eine Pflanzenart aus der Gattung der Mehlbeeren (*Sorbus*) innerhalb der Familie der Rosengewächse (Rosaceae).

Kleiner Baum *Sorbus aucuparia* kommt mit Ausnahme des Mittelmeerraumes in ganz Europa und in den gemäßigten Bereichen Asiens vor. Der genügsame Baum ist vom Tiefland bis in Höhenlagen von 2000 Metern anzutreffen. Er wächst häufig an Waldrändern, in Gebüsch sowie am Rande von Mooren. Aufgrund seiner Anspruchslosigkeit und der dekorativen Blüten- und Fruchtstände wird er häufig in der Stadt als Alleebaum oder in Gärten und Parks

als Zierbaum angepflanzt. Als kleiner bis mittelgroßer Baum kann die Eberesche eine Größe von zwölf Metern erreichen. Gelegentlich wird sie sogar bis zu 20 Meter hoch, meist bleibt sie aber niedrigwüchsig. Unter guten Bedingungen erreicht die Eberesche ein Alter von bis zu 100 Jahren.

Blätter und Blüten Die Blätter der Eberesche sind etwa 15 Zentimeter lang und unpaarig gefiedert. Die einzelnen sieben bis acht Zentimeter langen Fiederblätter (13 bis 17 Stück) besitzen einen gesägten Rand und sitzen mit einem kurzen Stiel an einer etwa 20 bis 25 Zentimeter langen Blattrippe. Von Mai bis Juli erscheinen die kleinen weißen, etwas unangenehm riechenden Blüten, die in schirmförmigen Blütenständen (Trugdolde) mit 200 bis 300 Einzelblüten angeordnet sind. Jede Einzelblüte hat einen Durchmesser von etwa zehn Millimetern und setzt sich aus je fünf Kelch- und Kronblättern mit 20 Staubblättern zusammen.

Kleine Äpfel Die Vögel lieben den Baum, denn er trägt reichlich rote Früchte, die ihnen als wertvolle Nahrung dienen. Daher wird die Eberesche auch Vogelbeere oder Drosselbeere genannt. Auch der botanische Name macht darauf aufmerksam, dass die Vögel von dem Baum beziehungsweise seinem orange bis rotgefärbten Fruchtschmuck quasi magisch angezogen werden – allerdings im negativen Sinne. Früher wurden die Früchte zum Vogelfang genutzt, was im Artnamen *aucuparia* zum Ausdruck kommt, der sich aus „au“ für lat. *avis* = Vogel und lat. *capere* = fangen zusammensetzt. Die von August bis September heranreifenden Früchte sind allerdings gar keine Beeren, wie sie volkstümlich genannt werden. Es handelt sich im botanischen Sinne um kleine dreifächerige Apfelfrüchte, die einen Durchmesser von etwa einem Zentimeter aufweisen und drei Samen beinhalten. Eine Vielzahl von kugeligen Früchten bildet einen hängenden Fruchtstand,

der bis in den Winter hinein am Baum verbleibt und für die Vögel eine wichtige Futterquelle darstellt. Durch das Fressen der Früchte und Wiederausscheiden der unverdauten Samen tragen die Tiere zur Verbreitung der Eberesche bei.

Gastrointestinale Beschwerden

Menschen sollten die im Sommer leuchtend rot gefärbten Früchte jedoch nicht roh vom Baum essen. Die darin enthaltene Parasorbinsäure übt nach dem Verzehr eine Reizwirkung auf die Schleimhäute des Magen-Darm-Traktes aus, was zu Speichelfluss, Erbrechen und Gastroenteritis führen kann. Eine toxische Wirkung der Parasorbinsäure entfaltet sich allerdings erst in hoher Dosierung, die in der Praxis nicht erreicht wird. So müsste eine Person mit einem Körpergewicht von 50

Kilogramm etwa 90 Kilogramm reife Früchte verzehren, um die Dosis letalis aufzunehmen. Da die Ebereschenfrüchte aber sehr sauer und bitter schmecken, werden sie selbst von Kindern nur in geringen Mengen genascht. Die giftige beziehungsweise schleimhautreizende Wirkung der Parasorbinsäure nimmt schon beim Trocknen der Früchte ab, da die bei Zimmertemperatur flüchtige, ölige Substanz weitgehend eliminiert wird. Durch Kochen kann man die Beeren schließlich vollends genießbar machen, da sich beim Kochprozess Parasorbinsäure in die verträgliche Sorbinsäure umwandelt.

Volkshelkundlich genutzt Früher wurden die Früchte (Sorbi aucupariae fructus) für die Herstellung von Sorbinsäure verwendet, worauf der Gattungsname Sorbus Bezug

nimmt. Zudem wurde aus den säuerlichen Ebereschenfrüchten Mus, Marmelade, Sirup und Gelee zubereitet und wegen seines hohen Vitamin C-Gehaltes gegen Skorbut verzehrt. Volkstümlich galt eingedicktes Beerenmus auch als harntreibendes Mittel bei Gicht oder Rheuma. Zudem wurde es bei Verdauungsbeschwerden eingesetzt. Dabei war es beliebt bei Appetitlosigkeit und Magenverstimmung. Zudem wurde es als mildes Laxans und aufgrund des Gerbstoffgehaltes bei Durchfall empfohlen. Eine wissenschaftliche medizinische Anerkennung haben die Ebereschenfrüchte bislang nicht erhalten. Positive Monographien der Kommission E, ESCOP oder HMPC existieren nicht. ■

*Gode Chlond,
Apothekerin*

Anzeige

Gesunde Füße stehen drauf!

Sommerzeit ist Fuß**schutz**zeit!

excILOR

3 in 1 Schutzspray

Das **1. und einzige Schutzspray** gegen **Fuß- und Nagelpilz** sowie **Dornwarzen**.

Die **1. unsichtbare Socke** dank **Invisiblock-Technologie**:

- 1 mal aufspritzen - **8-Stunden-Schutz**
- Bildet eine ultradünne, **nicht klebende Copolymerschicht**
- **Schützt** die Haut **physikalisch vor Erregern**, wie z.B. *Trychophyton rubrum* und *Humanes Papillomavirus (HPV)*
- Reicht für **50 Anwendungen**
- **Wasserfest**
- Für Kinder **ab 2 Jahren**



Neu!
für Ihre
Empfehlung

Barfußschutz für die **ganze Familie!**