

Traubenkirsch-Likör

Zutaten:

- 500 g Traubenkirschen
- 1 l Weinbrand
- 100 g Zucker
- 300 ml Wasser
- 1 Vanilleschote und 1 Zimtstange

Zubereitung:

Früchte in Weinbrand mit Vanille und Zimt ansetzen.

Einige Wochen ziehen lassen, dann abseihen.

Wasser und Zucker aufkochen, abkühlen lassen, mit dem Traubenkirschansatz vermischen und in Flaschen abfüllen.



Elschenkrapfen

Traditionelles Gericht aus dem Mölltal

In früherer Zeit wertvolle Ergänzung zur kargen Alltagskost. Bei Almbetrieb, Hochzeiten oder Heuziehen im Mölltal wurden Krapfen serviert: Das Germteiggebäck wurde gefüllt mit gestampften („genoit“), getrockneten Traubenkirschen, vermischt mit Topfen, Erdäpfeln oder Munggn (Mölltaler Getreidebrei), verfeinert mit Rum oder Honig.

Die Zubereitungsart mit gestampften Kernen ist heute nicht mehr gebräuchlich.

Theresia Posani aus Döllach:

„Meine Mutter hat die Elschenkrapfen noch für uns gebacken. Wenn es nicht genug Elschen gab, hat sie zerstampfte Vogelkirschen, Topfen und etwas Munggn in die Fülle gegeben!“



Die Traubenkirsche enthält Amygdalin, das in Verbindung mit Wasser Blausäure freisetzen kann – insbesondere in Rinde, Blättern, Blüten und Kernen. Gekochte oder getrocknete Früchte ohne Kerne gelten hingegen als unbedenklich.

Wichtig zu wissen!



Traubenkirsche Frucht getrocknet

Text: Renate Burger & Sabine Seidler | Quellen: Michael Machatschek, Nahrhafte Landschaften 1 / Wikipedia / Verband der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine | Fotos: Renate Burger, Wikimedia, AdobeStock Grafische Gestaltung: gp@gabrielepichler.com

Kontakt: KLAR! Büro

KLAR! Nationalparkgemeinden Oberes Mölltal
Winklern | Mörttschach | Großkirchheim
Döllach 71/72, 9843 Großkirchheim

Mag.a Dr.in Sabine Seidler / KLAR! Managerin
klar.seidler@alpine-nature-campus.com
Tel.: +43 664 4509513

Öffnungszeiten: siehe Website
oder nach Vereinbarung

Unsere KLAR! Webseite:

www.alpine-nature-campus.com



ALPINE NATURE CAMPUS



KLAR! Massnahme 10



Elsche - Ein geschmackvoller Wildstrauch

für Biodiversität & Klimaschutz

Prunus padus | Traubenkirsche | **Kärntnerisch: Elsche**



KLAR!

Nationalparkgemeinden
Oberes Mölltal

WINKLERN | MÖRTTSCHACH | GROSSKIRCHHEIM



Die Elsche, ein heimischer Alleskönner

Die Gewöhnliche Traubenkirsche – auf kärntnerisch: Elsche – ist ein heimisches Wildgehölz und gehört zur Familie der Rosengewächse – verwandt mit vielen unserer Obstbäume. Ihren Namen verdankt sie den traubenartig angeordneten Blüten und Früchten. Sie blüht von April bis Juni. Die reifen, glänzend schwarzen Früchte erscheinen im Sommer.

Verbreitung:

Europa bis Nordasien & Japan – bevorzugt feuchte, nährstoffreiche Böden wie in Auwäldern, Ufergehölzen und feuchten Forsten – auch im Kärntner Mölltal. Sie ist absolut winterhart.



Achtung Neophyt!

Die aus Amerika stammende „Spätblühende Traubenkirsche“ (*Prunus serotina*) gilt als invasiv – sie verdrängt die heimische Art sowie Buche, Eiche und Hainbuche.



Insektenpflanze und Vogelschutzgehölz

ihre Rolle bei Bodenerhalt & Artenvielfalt

Abgesehen von einer Heerschar von Schwebfliegen und Honigbienen interessiert sich unter den Wildbienen auch die Frühlings-Seidenbiene (*Colletes cunicularius*) für den Pollen oder Nektar der Traubenkirsche. Beliebt sind die Blätter bei Schmetterlingen und werden von 56 Arten als Raupenfutter genutzt.

Die reifen Traubenkirschen sind eine wichtige Herbst- und Winternahrung für Vögel, von denen sich 24 Arten am reichen Büffet ernähren. Sie sorgen für die Verbreitung der Samen.

Als Grundwasserzeiger ist die Traubenkirsche durch ihr ausgiebiges Wurzelwerk ein ökologisch bedeutender Bodenfestiger für Hänge und Böschungen.

Die Elsche im Volksglauben, Brauchtum & Handwerk

- Die „Weißelse“, eine weißfruchtige Spielart, galt als Unwetter- und Hagelschutz
- Zweige werden oft in den Palmbüschen gesteckt
- Aus den Zweigen wurden Saatrings geflochten
- Verwendung zum Flechten, Drechseln & Färben

„Die Elsche (Traubenkirsche)“

Gänz ab'n af die Roan, zwisch'n Gröffl' n i und Stoan doat ischt die Elschn dahoam. In Langes als earschte trag sie ihr wunderschenes Blütenkleid da Keaschn geht's z'kalt dö daleidet koan Reif.

Die Elsch'n ischt net hoagl ischt af an niedn Ständ z'fried'n und dea was iha nächsteig müeß a aso sein

kloan ischt die Frucht und langsam dös Klaub'n du weascht jo oft z'krallt in die Boaslbeerstaud'n

össn derfscht net viel, siescht taamb se di druckn va lauta wohl spär du muescht se lei noid'n und ze Krapflen vabach'n dös keat hält waal ze die föschlich'n Sach'n. Hetz, Leitlen, seib's z'friedn mit da bittakloan Frucht ziecht weithin da Duft!

Gedicht von Katharina Ranacher aus: Die Mölltälner Stubmdichter 1994, S 32

Inhaltsstoffe & Verwendung

- Enthält Gerbstoffe, Vitamin C, Fruchtsäuren & Mineralstoffe
- Der Geschmack ist herb-bitter, roh ähnlich der Schlehe
- In der traditionellen Küche eher selten, jedoch vielseitig verwendbar:
 - Marmelade, Saft, Kompott, Fruchtmus, Essig
 - Likör, Brantwein



Traubenkirsch-Fruchtmus

Zutaten:

- 200 g Traubenkirschen
- 40 g Zucker
- 5 g Stärke
- 300 ml Wasser

Zubereitung:

20 Min. in Wasser kochen, durchsieben, mit Zucker und Stärke aufkochen – ideal zu Pudding, Eis oder Palatschinken! Einkoch wird es zu einem „Powidl“-ähnlichen Aufstrich.



Maria Kahn aus Stall:

„Was waren doch diese Kirschen für eine herrliche Frucht! Oft war die Ernte so reichlich, dass Mutter die Kirschen in der Sonne getrocknet und für den Winter aufgehoben hat.“

aus „Von da Schattseitn in die Sunnseitn“, S 158