

Thema Blaubeeren



Gesprächsanregungen

- Mögen Sie Heidelbeeren?
Wenn nicht: Mögen Sie lieber andere Beerenarten?
- Wie sagt man hier in unserer Region zu Heidelbeeren? (Bickbeeren, Blaubeeren oder ...)
- Wissen Sie, wo man in unserer Region Wald-Heidelbeeren findet?
- Haben Sie als Kind beim Heidelbeerpflücken geholfen? (Man sagte: „Es geht heute in die Heidelbeeren!“ oder: „inne Bickbeeren!“)
- Können Sie sich erinnern? Was hat ihre Mutter aus den Heidelbeeren gemacht?
- Haben Sie selbst ein Lieblingsrezept mit Heidelbeeren oder anderen Beeren?

Regionale Namen der Heidelbeere

- In Norddeutschland, NRW und in Teilen Ostdeutschlands: Blaubeere oder Bickbeere
- In Süddeutschland: Heidelbeere, Mollbeere, Wähle, Waldbeere, Schwarzbeere, Heuwa
- In der Schweiz: Heubeere, Heiti, Herti, Heti, Häipeeri
- In Österreich: Moosbeere, Schwarzbeere
- ... und wie nennen Sie die blauen Früchtchen?

Ein Haushalts-Trick – wer kennt ihn?

Wie kann man süße, reife Blaubeeren von sauren, unreifen unterscheiden?

Trick: Blaubeeren in eine Schüssel mit Wasser geben. Die sauren Beeren schwimmen, die süßen sinken nach unten.

Alles blau! Redewendungen zur Farbe blau

Er verspricht ihr das Blaue vom ... Himmel

Er war nochmal mit einem blauen Auge ... davongekommen

Da kannst Du dein blaues Wunder ... erleben

Er machte Montags öfter mal ... blau

Wir fahren heute einfach mal ins ... Blaue

Er kam aus dem Wirtshaus heim und war stern ... hagelblau

Ein Lied lautet: Ja, ja so blau blau blau blüht der ... Enzian

Wenn es abends zu dämmern beginnt, nennt man das die blaue ... Stunde

Wer hätte es gewusst?

Heidelbeeren wachsen besonders gut auf sandigen Böden oder Moorböden.

Kulturheidelbeeren werden in Deutschland besonders viel in Niedersachsen angebaut, aber auch in Brandenburg und in Mittelbaden.

Das größte Heidelbeer-Anbaugebiet liegt in der Lüneburger Heide.

Die Kulturheidelbeeren sind eine andere Art der Frucht, die aus Amerika stammt.

Der Unterschied besteht vor allem in ihrer Größe und darin, dass sie die Zunge nicht blau färben, weil ihr Fruchtfleisch heller ist.

Was kann man aus Blaubeeren / Heidelbeeren alles machen?

Wir überlegen gemeinsam und tauschen uns aus

Marmelade / Gelee

Kuchen / Torten

Muffins (erklären: was sind eigentlich Muffins)

Nachspeisen (Schichtcreme, Blaubeer-Quark, Joghurt)

Smoothie (erklären, was ein Smoothie ist!)

Eis

Pfannkuchen

süße Klöße mit Heidelbeer-Füllung

süßer Auflauf

Saft / Sirup

Likör / Schnaps / Wein

Essig

zu Wildgerichten

zu Käse

Tee: Aus Blaubeer-Blättern kann man Tee machen – er soll bei Entzündungen im Mundraum helfen.

Getrocknete Blaubeeren oder ein Tee aus getrockneten Blaubeeren hilft bei Durchfall.



Scherz

Sehr schnell und einfach kann man aus Blaubeeren auch wunderbare lilafarbene Flecken auf Hemden machen. Ganz besonders auf weißen Hemden und Blusen kommt die Farbe voll zur Geltung!

Ernsthaft

Wie bekommt man eigentlich Blaubeer-Flecken aus der Kleidung? Kennen Sie ein Hausmittel, das hilft?

Es gibt mehrere Mittel: Zitronensaft, Milch oder eine Paste aus Backpulver und Wasser.

Mit Gallseife geht es auch.

Kinderreim

Heidelbeeren, Heidelbeeren

stehn in unserm Garten,

Mutter gib mir auch ein paar -

kann nit länger warten !

Blaubeer-Witz

"Papa, was sind das für Beeren?"

"Blaubeeren."

"Warum sind sie dann so rot?"

"Weil sie noch grün sind."

Plattdeutsch

- He is wedder bickbeernblau. - Er ist blau wie eine Blaubeere (also betrunken).
- He söcht de Luus ut de Bickbeeren. - Er sucht die Laus in den Blaubeeren. (Er ist ein kleinlicher Mensch)
- Du büst ja swatt as so'n Bickbeerendüvel! - Du bist ja schwarz wie eine Blaubeere!
- Dat is so'n Bickbeerwater! - Das ist ein Blaubeerwasser! (abfällig über schlechten Rotwein)

Heidelbeer-Streuselkuchen

- - - Ohne Internet direkt losbacken - - -

ergibt ca. 12 Stücke Kuchen

Hier ein einfaches Rezept:

Zutaten

300 g Mehl
1 gute Prise Salz
150 g kalte Butter
150 g + 50 g Zucker
400 g Heidelbeeren
1 EL Zitronensaft
2 EL Speisestärke

Zubereitung

- ▶ Mehl und Salz vermischen.
- ▶ Die kalte Butter in kleine Stücke schneiden und mit Mehl, Salz und 150 g Zucker schnell zu einem Mürbeteig verkneten.
- ▶ Den Teig zu einer platten Scheibe formen, in Folie einschlagen und etwa 1 Stunde kühlen.
- ▶ Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (160 °C Umluft).
- ▶ Eine Backform mit Backpapier auslegen oder gut einfetten.
- ▶ Den Teig halbieren. Eine Hälfte zurück in den Kühlschrank legen,
- ▶ die andere Hälfte gleichmäßig ausrollen und auf dem Boden der Backform verteilen.
Mit der Gabel mehrfach einstechen und für 10 Minuten im Ofen vorbacken.
- ▶ Währenddessen die Heidelbeeren waschen, abtropfen lassen und mit 50 g Zucker, Zitronensaft und Speisestärke mischen, bis alle Heidelbeeren bedeckt sind.
- ▶ Die Masse auf dem vorgebackenen Boden verteilen.
- ▶ Die zweite Teighälfte in Streuseln über die Heidelbeeren geben.
- ▶ 40 - 45 Minuten backen.
- ▶ Herausnehmen und vor dem Anschnitt komplett erkalten lassen.
Idealerweise sollte der Kuchen noch einige Stunden durchziehen. Aber wahrscheinlich wollen jetzt alle so schnell wie möglich davon probieren ...

* * * * * * * * *

Sie möchten lieber mit Ihren Senioren etwas anderes backen oder kochen?

Rezepte dazu finden Sie zum Beispiel bei:

<https://www.lueneburger-heide.de/natur/artikel/14126/heidelbeeren.html>



Geschichte zum Vorlesen

Heidelbeersammeln im Nordschwarzwald

Ah, die Heidelbeerzeit! Ein herrlicher Duft nach frischem Moos und süßen Beeren liegt in der Luft, und das fröhliche Treiben in den Wäldern rund die Gemeinde Schuttertal weckt Erinnerungen an alte Zeiten. Hier die Geschichte der Geschwister Monika und Matthias, die über ihre Erlebnisse im Sommer 1963 beim Heidelbeersammeln berichten.



Für die beiden Geschwister war die Heidelbeerzeit immer ein ganz besonderes Ereignis. Kaum hatte die Sonne den Wald erhellt, machten sich wahre „Kinder-Herden“ aus den kleinen Schwarzwalddörfern und Weilern auf den Weg, um die besten Plätze zu ergattern. Denn jeder wusste: Nur die frühesten Vögel fangen die süßesten Beeren! Manche waren mit Körben gekommen, andere hatten leere Milchkannen als Sammelgefäße dabei. Los ging das Sammeln mit einem so großen Eifer, dass es fast schon wie ein Wettkampf schien.

Es gehörte dazu, dass sich die Kinder aus verschiedenen Dörfern neckten und stichelten, vor allem wenn man sich beim Pflücken der kleinen blauen Wunderfrüchte über den Weg lief. Aber letztendlich waren sie alle gekommen, um Spaß zu haben und die Beeren zu sammeln. Man stärkte sich unterwegs mit Butterbrot, die die Mutter mitgegeben hatte. Und wenn am Nachmittag die Körbe sich füllten, sangen die ersten „Herden“ des Tages fröhlich das Heidelbeerlied „Mer kumme us d'Beere“ während sie den steilen Berg hinunter stapften. Das war eine wahre Freude, auch wenn man an den Körben schwer zu schleppen hatte!

Eine Einnahmequelle für Kinder

Die Heidelbeeren verschwanden nicht nur in den Mägen, sondern auch als Erlös in die Taschen der Kinder. Fünfmal pro Woche durften die gesammelten Früchte an der Sammelstelle im Dorf abgeliefert werden, und das Geld konnte sich durchaus sehen lassen. Mit dieser kleinen Einnahmequelle konnte sich so manches Kind einen Traum erfüllen. Meist bestand dieser Traum aus einer besonderen Nascherei oder einem Spielzeug.

Heidelbeeren mit Milch

Eine der schönsten Kindheitserinnerungen der Geschwister sind Heidelbeeren mit Milch. Gleich nach der Ernte gab es Heidelbeeren mit Milch, denn dafür brauchte man frische Früchte. Die Beeren wurden einfach nur von versehentlich mitgepflückten Stengelchen und Blättchen befreit, gewaschen und ein wenig gezuckert. Je mehr Zucker, desto besser, fanden die Kinder natürlich. Dann eine Weile stehen lassen, bis nach dem Abendessen am besten. Als Nachtisch mit frischer Milch drüber waren sie ein Traum. Und eine erste Belohnung für die Pflückerei. Bis heute ist das im Sommer eine Lieblingspeise der beiden Geschwister.

Mit dem vollbeladenen Karren barfuß nach Lahr

Wie es hingegen ganz früher war, erzählte der Opa von Monika und Matthias: Er musste damals nach dem Pflücken noch barfuß einen mit Heidelbeerkörben voll beladenen Karren nach Lahr ziehen – das war eine echte Plackerei! Ganze 15 Kilometer musste er damals als Kind zurückzulegen.

Und wenn nicht alle Beeren verkauft wurden, dann ging's eben mit den restlichen Heidelbeeren wieder 15 km nach Hause. Wie bequem wir doch heute in jedem Supermarkt an Heidelbeeren kommen können!

Heidelbeer-Prinzessin



Pfalz

Wer hätte das gedacht? In Steinfeld an der pfälzischen Weinstraße wird nicht etwa eine Weinkönigin gekrönt. Nein, dort wird seit 1951 jedes Jahr eine Heidelbeer-Prinzessin gekürt. Drei Tage lang findet dort jedes Jahr das Heidelbeer-Fest statt.

Sogar ein Heidelbeer-Lied hat man sich dort ausgedacht.



Thüringen

Heidelbeer-Prinzessinnen gibt es aber nicht nur in der Pfalz, sondern auch in Thüringen. Im Ort Langenwolschendorf (Landkreis Greiz) findet jährlich im Juli ein Heidelbeerefest statt. Im Rahmen des Festtages wird die Heidelbeer-Prinzessin gekürt. Sie soll dann ein Jahr lang werben für die Kulturheidelbeeren, die dort angebaut werden.

Bis Ende September können die Kulturheidelbeeren geerntet werden.



Heidelbeer-Prinzessin aus Steinfeld

Baden-Württemberg (Schwarzwald)

Im Schwarzwald liegt das Heidelbeerdorf Enzklösterle. Dort werden die Heidelbeeren als „blaues Gold“ bezeichnet. Hier geht es nicht um den Anbau von Kulturheidelbeeren, sondern um die Wald-Heidelbeere. Diese gedeiht zwischen Tannen und moosbedeckten Böden im Nordschwarzwald besonders gut.

Deshalb hat das Sammeln der wilden Beeren im Nordschwarzwald eine lange Tradition. Von Anfang Juli bis Ende August sieht man Familien mit kleinen Eimern durch die Wälder streifen – oft in den frühen Morgenstunden, wenn die Beeren noch vom Tau glänzen. Noch heute erzählen ältere Schwarzwälder mit leuchtenden Augen von „Heidelbeerferientagen“ – wenn die Schule geschlossen war, damit alle mithelfen konnten.

Mitten in Enzklösterle steht das Heidelbeer-Haus. Dort kann man einen Heidelbeer-Kuchen genießen oder auch allerlei Leckereien aus Heidelbeeren kaufen – zum Beispiel auch einen Heidelbeer-Essig, Heidelbeer-Senf oder einen Heidelbeer-Likör.

Jährlich findet das große Heidelbeer-Fest in Enzklösterle statt. Als Höhepunkt des Festes wird die Heidelbeer-Prinzessin gekürt. Zu diesem Anlass zählt man oft über 10.000 Besucher!



Welche essbaren Beeren kennen Sie?

Finden wir gemeinsam möglichst viele Beerensorten!
Welche davon mögen Sie gerne?



Beerensträucher mit essbaren Beeren:

1. Himbeere
2. Brombeere
3. Heidelbeere / Blaubeere / Bickbeere
4. Johannisbeere
5. Stachelbeere
6. Josta-Beere (eine Kreuzung aus Johannisbeere und Stachelbeere)
7. Apfelbeere / Aronia
8. Sanddorn
9. Schwarzer Holunder
10. Roter Holunder
11. Mispel (auch Steinapfel genannt)
12. Cranberry / Kranbeere
13. Eberesche / Drosselbeere / Quitsche (nur gekocht essbar!)
14. Kornelkirsche
15. Schlehe (auch Schlehdorn genannt)
16. Berberitze
17. Felsenbirne
18. Weißdorn
19. Hagebutte
20. Apfelrose (Kartoffelrose / Kamtschatka-Rose (eine Art Hagebutte mit sehr großen Früchten))

Die Erdbeere heißt zwar Beere, ist aber eigentlich keine echte Beere.



Copyright: www.aktiv-mit-senioren.de *** All rights reserved!