

Hasel

Corylus avellana

Familie:

Birkengewächse

Allgemeines:

Der Hasel ist ein Strauch oder Baum. Er ist mehrjährig und wird bis zu 5 Meter hoch.

Phänologischer Kalender:

Die männliche Blüten zeigen uns den **Vorfrühling** an.

Blüte:

Die männlichen Blüten sind ca. 10 cm lange Kätzchen welche bereits im Herbst gebildet werden und ca. ab Februar gelbgrün blühen.

Die weiblichen Blüten verstecken sich in den Knospen und können durch ihre roten Fäden erkannt werden.



männliche Blüte



weibliche Blüte

Quellen:

Heilpflanzen Akademie (www.naturakademie.com),
Die Kräuter in meinem Garten von Siegrid Hirsch und Felix Grünberger,
Kräuterakademie Salez (www.kraeuterakademie.ch)

Diese Angaben wurden aus den Quellen und meinem eigenen Wissen weitergegeben. Ich Steffi Gschwend von STEFFIGestaltet sowie die genannten Quellen übernehmen keine Haftung für den Inhalt der Pflanzenportraits sowie auch bei Anwendungen von Rezepten und deren Auswirkungen.

Verwendung:

Die Kätzchen (männliche Blüten) können im Frühling, wenn sie frisch blühen bei trockenem Wetter sammeln und trockenen lassen. Sie können als nussige Delikatesse im Müsli oder Salat gegessen werden und helfen als Tee bei Erkältung. Für den Tee übergiesst man die Kätzchen mit heissem Wasser und lässt ihn 10 Minuten ziehen. Bei Bedarf mit Honig süßen. Man kann natürlich auch eine Teemischung gegen Erkältung und Grippe aus Holunderblüten Mädesüss und Lindenblüten herstellen. Auch die jungen Blätter können gegessen werden. Die Haselnüsse sind die gesündesten Nüsse, man sollte sie gut kauen, was bereits das Gehirn und die Nerven anregt. Häufiger Verzehr der Haselnüsse kann das Immunsystem stärken und den sexuellen Appetit anregen. Ausserdem enthalten sie viele Mineralstoffe, fettes Öl mit hohem Gehalt an ungesättigten Fettsäuren und Vitamin E.

Die Blütenpollen sowie auch die Haselnüsse können bei einigen eine Allergie auslösen. Besonders bei Allergikern die auf Birkenpollen reagieren.

Denkt bitte daran, dass, die Haselblüten Kätzchen eine frühe Nahrungsquelle für die Insekten und Bienen ist. Lässt also immer noch etwas für die Tiere hängen.

Quellen:

Heilpflanzen Akademie (www.naturakademie.com),
Die Kräuter in meinem Garten von Siegrid Hirsch und Felix Grünberger,
Kräuterakademie Salez (www.kraeuterakademie.ch)

Diese Angaben wurden aus den Quellen und meinem eigenen Wissen weitergegeben. Ich Steffi Gschwend von STEFFIGestaltet sowie die genannten Quellen übernehmen keine Haftung für den Inhalt der Pflanzenportraits sowie auch bei Anwendungen von Rezepten und deren Auswirkungen.