

DIE BUCHE/ROTBUCHE



HI DU!

Ich bin **BEA**, die Buche. Genauer gesagt bin ich eine Rotbuche. Meine Blätter sind grün, aber mein Holz im Innern ist leicht rötlich. Deshalb der Name. Mich gibt es nur in Mitteleuropa. Würde man mich wachsen lassen, wäre fast ganz Deutschland mit mir bedeckt. Ja, ich bin ganz schön robust und deshalb bestens für den Zukunftswald geeignet. In einer Waldgemeinschaft mit mir blüht das pure Leben! Ich liebe den Bärlauch im Frühling unter mir, der Bärenkräfte verleihen soll.

Übersetzt bedeutet mein Name **ESSEN AUS DEM WALD** und das zu Recht. Finde heraus, was man von mir alles essen oder auch als Heilmittel nutzen kann! Das passende Schneidegerät liefert mein Holz gleich dazu. Neuerdings baut man mit meinem Holz auch Häuser. Ich bin eben ein Tausendsassa oder wie man im Englischen sagt, ein Allrounder! Das von mir eine besondere Kraft ausgeht, das wussten auch schon eure Vorfahren, die vor ganz langer Zeit hier im Land der Germanen lebten. Und dann ist da natürlich noch die Sache mit dem Lesen. Ohne mich keine Buchstaben! Und mit denen kannst du nun hier meine Besonderheiten entdecken.

Viel Spaß dabei!



BEA

**MEIN BOTANISCHER
NAME IST
FAGUS SYLVATICA.**



**MAL
MICH
AUS!**



SCHNURRBÄRTE IM WALD?



Wenn du aufmerksam meinen Stamm betrachtest, fällt dir sofort auf, dass einige Bäume ein seltsames Muster auf der sonst glatten, silbergrauen Rinde aufweisen. Was siehst du? Es sind dunklere, nach unten gewölbte Linien. Ich finde, sie sehen aus wie hängende Bärte! Das kommt daher, dass ein Seitenast an dieser Stelle während seines Wachstums die Rinde zusammengedrückt hat. Er brauchte ja Platz. Der Seitenast ist längst abgefallen, aber die Markung bleibt. Schau mal, wie viele unterschiedliche „Bart-Gesichter“ im Buchenwald zu finden sind. Wenn du magst, kannst du sie mit einem Foto oder einer Zeichnung sammeln.



**ICH KANN ÜBER
40 METER HOCH
WERDEN.**



BUCHENDOM

Setz dich unter mich und schaue meinen glatten, säulenförmigen Stamm hinauf bis zu den Blättern. Was siehst du und wie fühlst du dich? Schon unsere Urururur-Großeltern waren ehrfürchtig ergriffen von der ganz besonderen Stimmung dieses Anblicks. Sie haben meine Baumkrone mit einem Dom also einer großen Kirche verglichen. Heute kannst du auch von oben auf Bäume blicken. Tipp: Besuch einen Baumkronenpfad. www.baumkronen-pfad.de

**NÄHRSTOFFE IN BUCHECKERN:
40 % FETT, EIWEISS UND DIE
MINERALSTOFFE ZINK UND EISEN**

ESSBARE BLÄTTER

Im Frühjahr kannst du meine frischen, hellgrünen, jungen Blätter direkt vom Baum essen, sie unter den Salat mischen, als Smoothie verarbeiten oder wie Blattspinat kochen. Sie enthalten viele Nährstoffe wie Kalzium, Magnesium und Vitamin C. Du erkennst sie an dem sanft, welligen Blattrand.

**WIR SIND
GESUND!**



**AUCH MEINE
KEIMLINGS KANNST
DU ESSEN!**



© Pixelio.com/Tanja Ritter

ELEFANTENFÜSSE

Mein Gewicht wird durch meinen kräftigen Stamm aber auch durch meine Wurzeln gehalten. Schau mal bis ganz nach unten an mir hinunter. Sieht das nicht lustig aus? Wie Elefantenfüße, oder? Meine Wurzeln wachsen bis zu 8 Meter tief in die Erde und breiten sich 20 Meter rund um meinen Stamm aus.



BUHECKERN



← WIR SIND LECKER!

Meine Früchte heißen Bucheckern. Alle paar Jahre fallen im September besonders viele Bucheckern im Wald an. Wenn du ruhig neben mir stehen bleibst, dann hörst du, wie sie runterfallen. Das „klackert“ richtig! Solche Jahre werden Mastjahre genannt. Viele Tiere im Wald wie Wildschweine oder Eichhörnchen fühlen sich dann wie im Schlaraffenland. Sie fressen sich an den nahrhaften Waldfrüchten satt. Bucheckern sind dreikantige, braunglänzende, ölhaltige Nüsse. Auch du kannst ein paar davon roh essen. Beim Verzehr von mehr Bucheckern musst du etwas beachten: Nachdem du sie aus der stacheligen Schale und dem dünnen Samenhäutchen befreit hast, röste sie einige Minuten im Ofen oder der Pfanne. So entweichen die leicht giftigen Inhaltsstoffe Fagin und Oxalsäure.

BIS 300 JAHRE ALT

ICH BIN SCHON EINE OMI!



BUHECKERN-PESTO

Zutaten:

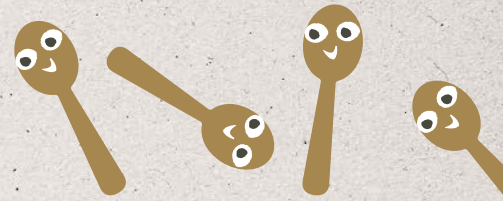
- 50 g Bucheckern
- 125 g Champignons (auch ohne)
- 1 Zwiebel oder Schalotte
- 50 g Parmesankäse
- 50 g Petersilie
- 50 ml Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Zitronensaft



Zubereitung:

Bucheckern waschen und schälen. Einige Minuten lang im Ofen oder der Pfanne rösten. Zwiebel schälen und fein hacken. Pilze schneiden und ebenfalls klein schneiden. Zwiebelwürfel in etwas Olivenöl glasig dünsten. Pilze hinzugeben und garen. Geröstete und zerkleinerte Bucheckern zur Pilzmasse geben, gut durchmischen und kurz erhitzen. Den Rest Olivenöl hinzugeben, bis eine cremige Masse entsteht. Petersilie fein hacken. Parmesankäse reiben und ihn zusammen mit dem Esslöffel Zitronensaft und der Petersilie unter die Bucheckern-Masse mischen. Zuletzt mit Salz und Pfeffer würzen. Nun kannst du dein Bucheckern-Pesto unter Nudeln rühren, mit Kartoffeln oder als Brotaufstrich essen.

HEILMITTEL AUS BLÄTTER, RINDE, SAMEN UND HOLZ



HOLZ

Aus meinem Holz wird fast alles hergestellt, zum Beispiel Tische, Stühle, Fußböden, Spielzeug und sogar Kleidung. Es ist nicht nur fest, sondern auch antibakteriell. Brettchen und Löffel aus meinem Holz sind besonders hygienisch.



← WIR SIND RUNEN

BUCHSTABENLESEN VOR 2000 JAHREN

Die 24 Zeichen des Runen-Alphabets wurden auf frisch geschnittene Buchenholzstäbchen geritzt, anschließend auf ein weißes Tuch geworfen und nur drei Stäbchen aufgehoben. Aus diesen drei Runen lasen die Germanen die Zukunft. Buchstabenlesen entwickelte sich also aus dem Lesen der Buchenholzstäbe. Später ritzen sie die Zeichen auf Buchenholztafeln, den Vorgängern unserer Bücher.

KENNST DU DIESES ZEICHEN?



Eine Rune der heutigen Zeit: Bluetooth ist eine Technik für kabellose Datenübertragung zwischen Geräten. Das Zeichen ist eine Verbindung zwischen den Runenzeichen * und B.



**MEINE ASCHE
MACHT SAUBER!**

PUTZ- & GARTENMITTEL BUCHENHOLZASCHE

Du glaubst mir nicht? Doch, du kannst Asche als Scheuermittel zum Beispiel zum Lösen von Fett von Edelstahltopfen nutzen. In Asche aus naturbelassenem Holz sind auch wertvolle Mineralien wie Kalium und Kalk enthalten. Streue ein wenig Buchenholzasche zur Verbesserung der Erde einfach zwischen deine Pflanzen. Mit den zusätzlichen Nährstoffen wachsen sie üppig und gesund. Außerdem hält sie auch einige Schädlinge ab - aufgesprüht sogar Blattläuse.

STELL DEINE EIGENE BUCHENHOLZASCHE HER!

Sitzt du auch so gerne um ein Lagerfeuer? Mach doch mit deinen Eltern zusammen ein Buchholzlagerfeuer. Dazu dürft ihr nur unbehandeltes, trockenes Buchenholz am besten aus heimischen Wäldern verwenden. Nutzt zum Entzünden nur Naturmaterialien wie Laub, Sägespäne, dünne trockene Äste oder Birkenrinde. Die abgekühlte Asche kannst du sammeln und gleich dein Wissen zur Verwendung von Holzasche anwenden!



MAL UNS AUS!

**KLEIDUNGSSTÜCKE AUS
MODAL, EINER TEXTILFASER
AUS BUCHENHOLZ.**

MUTTER DES WALDES

Ein bekannter Spitzname für mich ist „Mutter des Waldes“. Ich sorge mit meinen Wurzeln und den großen Laubmengen im Herbst für einen lockeren, nährhaften Boden. Viele Lebewesen finden durch mich Nahrung und ein zu Hause.

**ETWA 10.000 TIERARTEN
KÖNNEN IM ALTEN BUCHEN-
WALD LEBEN.**

BUCHFINK

Buchfinken haben ihren Namen deshalb, weil sie gerne Bucheckern fressen. Hör hier nach, wie ein Buchfink singt: www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/portraits/buchfink/



© Pixabay.com

BÄRLAUCH

Bärlauch kannst du essen. Vorsicht! Leicht verwechselbar mit dem hoch giftigen Maiglöckchen!



© Wikimedia.org



BIS BALD!

**VIELLEICHT SEHEN WIR
UNS JA MAL IM WALD. ;-)**



IMPRESSUM

Schutzgemeinschaft Deutscher Wald
Bundesverband e. V.
Dechenstr. 8 · 53115 Bonn
Tel: 0228-945983-0
Fax: 0228-945983-3
sdw.de · info@sdw.de

Die Lehrmaterialien unterliegen
der Creative Common Lizenz
„Namensnennung - keine
Bearbeitung“ (CC BY-ND).

Autorin: Ulrike Schuth

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz,
Bau und Reaktorsicherheit

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

