

## Schwarzer Holunder (*Sambucus nigra*)



- Höhe:** 3 bis 10 m
- Wuchsform:** locker verzweigter Strauch oder Kleinbaum
- Blüte:** Juni-Juli: weiß
- Frucht:** schwarzviolette Beeren, roh verzehrt eventuell leicht giftig
- Standort:** Waldränder, Hecken
- Futterpflanze für:** Schmetterlinge, u.a. den Kohlweißling, Wildbienen, Vögel, Säugetiere
- Nutzung:**
- Medizinisch:** Stärkung für Herz und Kreislauf, zur Zellerneuerung, Hausmittel gegen Erkältungen, Nieren- und Blasenleiden, Magenbeschwerden, Blätter gegen Rheuma, insulinstimulierende Wirkung
- Kulinarisch:** Blüten zur Herstellung von Sirup und alkoholischen Getränken aus den Früchten wird Saft und Marmelade oder Gelee hergestellt
- Garten u. Landschaft:** Solitärstrauch, Hecken, Wildobst
- Volks Glaube:** als Herberge wohlgesinnter Geister ist er ein mächtiger Schutz gegen Hexerei, Blitzschlag und Feuer, Schlangenbisse und Mückenstiche, das Verdorren des Holunders kündigt den Tod eines Familienmitglieds an seine Zerstörung soll Tod bringen
- Besonderheiten:** markhaltige Zweige als natürliches Insektenhotel und für Bastelarbeiten