

Sanddorn

Der Sanddorn (*Hippophae rhamnoides*) gehört zur Familie der Ölweidengewächse. Heimat und Verbreitungsgebiet sind Europa und Asien, auf feuchten und trockenen Sand- und Kiesböden an Meeresküsten und Flussufern. Eine Besonderheit beim Sanddorn ist die Zweihäusigkeit. Männliche und weibliche Pflanzen lassen sich nur über die Blütenbildung klar unterscheiden. Männliche Pflanzen haben dicke und dunkelbraune Knospen. Die Knospen weiblicher Pflanzen sind wesentlich dünner und von nur zwei Schuppenblättchen umgeben. Die unscheinbaren Blütenstände öffnen sich bei mildem Wetter bereits Anfang März. Charakteristisch sind die dornenreichen, graubraunen, sperrigen Äste sowie das silbergraue schmale Laub.

Ab August erscheinen die 1 cm großen, länglichen, orangen Beeren, die weithin leuchtend an den relativ dünnen Asten hängen. Der bis zu 7 m hohe Strauch ist anspruchslos, und wegen seiner starken Ausläuferbildung zur Hangbefestigung sehr gut geeignet. Auch in einer freien Hecke, z.B. zur Grundstückseingrenzung ist sein Einsatz denkbar.



Der Sanddorn bevorzugt lockere Böden, er ist sehr frosthart und zeichnet sich auch durch Rauch- und Industriefestigkeit aus. Er benötigt möglichst volle Sonne, im Schatten kümmer er.

Um eine sichere Bestäubung und Befruchtung des weiblichen Sanddorns zu Gewähr leisten, hat sich die Befruchtersorte 'Pollmix' bewährt. Sanddornbeeren gehören zu den vitaminreichsten Früchten. Neben Karotin (Vitamin A) enthalten sie viel Ascorbinsäure (Vitamin C).

Rezeptvorschläge

Sanddorn-Extrakt

Sanddornbeeren in Zentrifuge kalt entsaften. Der gewonnene Rohsaft kann mit Zucker im Verhältnis 1:1 gemischt (oder auch ohne jeden Zuckerzusatz), bis zu einem Jahr aufbewahrt werden. Um eine Gärung zu verhindern, ist ein dünner Ölfilm als Luftabschluss empfehlenswert.

Sanddorn-Saft

2,5 kg Sanddornbeeren, vollreif mit 250 g Zucker im Dampfsafter entsaften. Den Saft in vorgewärmte Flaschen geben und verschließen.

Sanddorn-Sirup

1 kg Sanddornbeeren, vollreif, waschen, zerdrücken. $\frac{3}{4}$ l Wasser aufkochen und über die Beeren gießen. Den Topf mit einer doppelten Lage Folie fest zubinden und 24 Stunden kühl stehen lassen. Danach abseihen und 1,5 kg Zucker und 3 TL Zitronensaft einrühren. In kleine Flaschen (bis 0,5 l) abfüllen und 20 min. bei 70 ° C pasteurisieren. Anschließend die Flaschen mit Korken oder Gummikappen verschließen. Vor dem Genuss mit Wasser, Sprudel oder Tee verdünnen.

