

Was wächst denn da?

Die Grau-Erle (*Alnus incana*)

Mit den länger werdenden Tagen erwacht die Natur langsam aus ihrem Winterschlaf. Die Sonne gewinnt an Kraft und erwärmt den Boden, und obwohl der Frühling offiziell erst Mitte März beginnt, zeigen sich bereits erste Blüten. Auch einige Bäume und Sträucher haben den Beginn der neuen Jahreszeit längst eingeläutet.

Zu ihnen gehört die Grau-Erle (*Alnus incana*), auch Weisslerle genannt. Dieser robuste Laubbaum erreicht eine Wuchshöhe von etwa bis 20 Metern und gedeiht im Vergleich zu anderen Erlearten auch auf eher trockeneren Standorten. Als anspruchslose Pionierart ist sie hervorragend an karge Bedingungen angepasst und besiedelt erfolgreich Flächen wie Kiesgruben oder Ruderalstandorte. Besonders häufig ist sie zudem in Auwäldern anzutreffen.

Der ökologische Nutzen der Grau-Erle ist vielfältig. Sie trägt wesentlich zur Bodenfestigung

bei und spielt eine wichtige Rolle bei der Erstbesiedlung nährstoffarmer Böden. Auch in früheren Zeiten wusste man ihre Eigenschaften zu schätzen: Die grünen Fruchtzapfen galten als nahrhafte Futterbeigabe für das Vieh, da man ihnen eine fruchtbarkeitsfördernde Wirkung zuschrieb.

Darüber hinaus bietet die Grau-Erle interessante kulinarische Möglichkeiten. Zwischen März und Mai können die jungen, zar-

ten Blätter geerntet werden. Aufgrund ihrer Bitterstoffe eignen sie sich als feine Ergänzung für Gemüse- oder Kräutermischungen. Fein vermahlen dienen sie als Grundlage für Wildpflanzensalze oder zur Aromatisierung von Spirituosen und Bier. Auch die unreifen, noch weichen Früchte lassen sich im Mai ernten und in Kräuteröl oder -essig einlegen.

Ihre Heilwirkung verdankt die Grau-Erle vor allem dem hohen

Gehalt an Gerbstoffen und Flavonoiden. Ein Absud aus der Rinde wird als Gurgelwasser bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum sowie bei Magen-Darm-Beschwerden verwendet. Äusserlich helfen frische Blätter bei Hauterkrankungen oder – in die Schuhe gelegt – gegen müde Füße und Schweißbildung. In der Homöopathie findet zudem die frische Rinde gezielte Anwendung bei Hautleiden.

Aaron Hürlimann Vizepräsident



Die Grau-Erle (*Alnus incana*)



Pflanzen in Kilchberg



Kirchenpfleger Aaron Hürlimann, Betriebswirt, Kundengärtner und zuständig für den Bereich «Nachhaltigkeit» innerhalb der Kirchgemeinde, wird in den folgenden Ausgaben je eine Pflanze vorstellen, die in Kilchberg wächst. Heute:
Die Grau-Erle (*Alnus incana*)