

Rund um die Walnuss

Die Walnuss ist in jeder Hinsicht ein beeindruckender Baum. Neben ihrer landschaftsprägenden Funktion spielten Walnussbäume früher auch für ihre Besitzer eine wichtige Rolle, indem sie einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung der Familien leisteten und oft sogar durch den Verkauf der Nüsse eine zusätzliche Einkommensquelle ermöglichten. Heutzutage haben diese Punkte an Bedeutung verloren. Und doch gibt es immer noch Höfe und Anwesen, wo Walnüsse für den eigenen und den Fremdverbrauch geerntet und getrocknet werden. Teilweise wird auch Walnussöl gepresst oder Walnusslikör aus den grünen Nüssen hergestellt. Dagegen sind die im Handel verfügbaren Walnüsse und Walnussprodukte in der Regel nicht aus der Region. Mit dem Ziel dieses hochwertige und traditionsreiche Produkt wieder auf den oberschwäbischen Markt zu bringen, präsentieren wir im Folgenden alles Wissenswerte rund um die Walnuss.

Nährwerte und gesundheitlicher Nutzen

Walnüsse enthalten viele ungesättigte Fettsäuren und sind eine ausgezeichnete Quelle von Omega-3-Fettsäuren und Alpha-Linolenic-Säuren. Auch Phenol findet sich in Walnüssen, wie z.B. Phenolsäuren, Gerbstoffe und Flavonoide, genauso wie verschiedene Vitamine, einschließlich einer speziellen Form des Vitamin B. Zusätzlich enthalten die Nüsse wertvolle Proteine, darunter Albumin, Globulin und Glutelin und zählen somit zu den funktionellen Lebensmitteln.

Der Konsum von Walnüssen hat einen positiven Effekt auf unsere Gesundheit, so können z.B. Herzprobleme vermieden und der Blutcholesterinspiegel reduziert werden. Auch als Pflegemittel für die menschliche Haut ist Walnussöl hervorragend geeignet. Die Blätter der Walnuss enthalten Gerbstoffen, Flavonoide, Pflanzensäuren (Phenolcarbonsäuren), ätherische Ölen und Vitamine. In der Volksmedizin wurden sie daher traditionell als Heilmittel verwendet, so zum Beispiel gegen Hauterkrankungen, Drüsenkrankheiten, kleinere Geschwüre, Gelenkschmerzen oder Nervenleiden.

Anbau und Pflege

Walnussbäume brauchen Wärme und Licht. Je nach der Kronengröße sollte ein Abstand von 6 m bis 16 m zwischen den Pflanzungen eingehalten werden. Schwere, kühle und nasse Böden sind ungeeignet für die Walnuss; der pH-Wert des Standortes sollte sauer oder neutral sein. Ideal ist eine Pflanzung im Herbst bis spätestens Mitte November in den noch warmen Boden.

Bei der Pflanzung sollte der große Platzbedarf des ausgewachsenen Baumes beachtet werden. Geeignet sind daher große Gärten, Agrarforstsysteme, Streuobstwiesen sowie die Pflanzung Weinbau. Für die Fruchterzeugung benötigt der Baum eine ausreichende Wasserversorgung. Besonders nach der Pflanzung und in den ersten Jahren sollte der Baum in Trockenphasen gegossen werden.

Grundsätzlich benötigt der Walnussbaum wenig Schnittpflege. In den ersten Jahren ist ein guter, aber nicht zu starker Schnitt ratsam. Sobald ein guter Stamm ausgebildet ist, sind kaum weitere Schnittmaßnahmen nötig. Die Walnuss ist ein schnittempfindlicher Baum mit einer schlechten Wundheilung.

Eine Düngung durch die Einbringung organischer Substanz (z.B. Kompost, Mist, Gülle) ist empfehlenswert. Eine jährliche Stickstoffgabe von 50 – 80 Kg/ha sollte nicht überschritten werden und sollte in der ersten Jahreshälfte stattfinden. Eine zu späte Stickstoffgabe erhöht die Empfindlichkeit des Baumes gegenüber Spätfrost.

Ernte und Verarbeitung

Nur die vollständig gereiften Nüsse sollten geerntet werden, das heißt die Nüsse, die von selbst aus der Hülle herausfallen. Die Kerne von nicht ausgereiften Nüssen schrumpfen nach der Ernte und können nicht gegessen werden. Auch die reifen Nüsse, die beim leichten Schütteln des Baumes herunterfallen, können geerntet werden.

Die geernteten Nüsse müssen innerhalb von 24 Stunden zum Trocknen ausgelegt werden, um Schimmelbefall zu vermeiden. Die Trocknung sollte mit Kaltluft erfolgen, Warmluft (z.B. Ofen, Herd, Heizung usw.) ist ungeeignet und die Nüsse sollten dabei regelmäßig gewendet werden. Nach zwei bis 6 Wochen ist die Trocknung abgeschlossen. In dieser Zeit verlieren die Nüsse ca. 40 % bis 60 % ihres Rohgewichts. Mit ein wenig Kreativität findet sich leicht ein guter Platz für die Trocknung, so hat ein Landwirt aus Oberschwaben dies etwa mit einem selbst gebauten höhenverstellbaren Sieb gelöst. (s. Foto). Weitere Hinweise zur Trocknung von Walnüsse finden Sie hier: <https://www.gelbebuerg.de/ankauf/>



Nebenprodukte

Walnuskerne eignen sich für die Herstellung von:

- Öl
- Käse
- Brot

- Müsli
- Kuchen
- Kekse
- Eis

Die Walnussschalen eignen sich:

- als Anzünder
- für Schmuck- oder Kunststücke

Sortenswahl

Da es in der oberschwäbischen Gegend relativ oft zu Spätfrostern kommt, sollte unbedingt eine spätblühende Sorte ausgewählt werden. Auch die Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten sowie Ertragsmenge und Nussqualität sind wichtige Kriterien für die Sortenswahl. Im Folgenden finden Sie einen Überblick der Walnusssorten, die Sie in oberschwäbischen Baumschulen Oberschwabens finden (Stand: 30.08.2017):

Gartencenter Fleischer GmbH Liebenhoferstraße 50, 88287 Grünkraut. Tel: 0751/76910-0

| Walnusssorten | Baumhöhe | Ertrag | Blütezeit |
|---------------------|-------------|----------------------|-------------|
| Europa | klein 3,5m | hoch | spät |
| Geisenheimer | mittelstark | je nach Nummer | spät |
| Mars | Mittelstark | regelmäßig fruchtbar | spät |
| Weinsberg | schwach | Sehr gut | mittel-spät |
| Seifersdorfer Runde | Stark | k. A. | früh |
| Regina | k. A. | sehr große Früchte | k. A. |

Ammann Baumschulen Radolfzeller Straße 42, 78256 Steißlingen, Tel: 07738/92650

| Walnusssorten | Baumhöhe | Ertrag | Blütezeit |
|---------------|---------------|----------------------|-------------|
| Mars | Mittelstark | regelmäßig fruchtbar | spät |
| Jupiter | Mittelstark | sehr hoch | spät |
| Kurmarker | mittel -stark | k. A. | mittel-früh |
| Europa | klein 3,5m | hoch | spät |
| Weinsberg | schwach | Sehr gut | mittel-spät |
| Geisenheim | mittelstark | je nach Nummer | spät |

Baumschule Rolf App Daugendorfer Straße 45, 88527 Unlingen, Tel: 07371/7225

| Walnusssorten | Baumhöhe | Ertrag | Blütezeit |
|---------------|-------------|----------------------|-----------|
| Jupiter | Mittelstark | sehr hoch | spät |
| Seiferdorfer | Stark | k. A. | früh |
| Mars | Mittelstark | regelmäßig fruchtbar | spät |

Baumschule Schlegel Göffinger Straße 40, 88499 Riedlingen, Tel: 07371/93180

| Walnussorten | Baumhöhe | Ertrag | Blütezeit |
|--------------|---------------|----------------------|-------------|
| Mars | Mittelstark | regelmäßig fruchtbar | spät |
| Jupiter | Mittelstark | sehr hoch | spät |
| Kurmarker | mittel -stark | k. A. | mittel-früh |
| Europa | klein 3,5m | hoch | spät |
| Geisenheim | mittelstark | je nach Nummer | spät |
| Weinberg | schwach | Sehr gut | mittel-spät |

Baumschule Volker Teuchert Krauchenstraße 7, 88693 Deggenhausertal, Tel: 07555/378

| Walnussorten | Baumhöhe | Ertrag | Blütezeit |
|---------------------------|----------------|----------------------|----------------|
| Seifersdorfer Runde | Stark | k. A. | früh |
| Jupiter | Mittelstark | sehr hoch | spät |
| Mars | Mittelstark | regelmäßig fruchtbar | spät |
| Lake | schwach-mittel | hoch | früh |
| Buccana | k. A. | k. A. | k. A. |
| Wilhelm | k. A. | k. A. | k. A. |
| Broadview | schwach | hoch | mittel-spät |
| Apollo | mittel | hoch | k. A. |
| Ockerwitzer | stark | hoch | Frosthärte gut |
| rote Hodomin (roter Nuss) | stark | k. A. | k. A. |

Baumschule Walter Emser Friedhofstraße 2/1, 88085 Langenargen

Walnussorte: Sämlinge eines alten Baums aus Lettland

In der oberschwäbischen Region könnten zudem die folgenden spätblühenden Sorten getestet werden:

- Fernor
- Franquette
- Kardinal (DR-1)
- Meylanaise
- Moselaner
- Geisenheim Nr. 120
- Scharsch
- Tiszacsecsi 83 (T83)

Es muss allerdings beachtet werden, dass sich jede Sorte kleinräumlich dann doch wieder etwas anders verhalten kann, laut der Walnussexpertin Vivian Böllersen. Auch bei der Nussbaumschule Heinrich Gubler-Merz in der Schweiz (<http://www.nussbaeume.ch>) kann man sich umschauen, dort finden sich mehr als 300 Walnussorten!

Externe Links

Die Walnuss in Deutschland <http://www.landwirtschaft-boellersen.de/die-walnuss-in-brandenburg/>

Walnuss: Baum des Jahres 2008 <http://baum-des-jahres.de/index.php?id=385>

Beiträge zur Walnuss <http://www.lwf.bayern.de/mam/cms04/service/dateien/w60-beitraege-zur-walnuss.pdf>

Mitteilungen über die Walnuss http://www.wald-rlp.de/fileadmin/website/fawfseiten/fawf/downloads/Mitteilungen/mit_6608.pdf

Tagungsband_5_Forum_Agroforstsysteme <https://opus4.kobv.de/opus4-btu/frontdoor/index/index/docId/4148>

Buchvorstellung Revival der Walnuss - Neues und altes Wissen zum Walnussanbau in Deutschland http://www.walnussbauern.de/images/PDF/Buchvorstellung_V.Bllersen.pdf

Nussbaumschule Heinrich Gubler-Merz in der Schweiz <http://www.nussbaeume.ch>

Hinweise zur Trocknung von Walnüssen <https://www.gelbe-buerg.de/ankauf/>