



Die Echte Walnuss

Eine Köstlichkeit des Winters



Fachlich richtig heißt die Walnuss und der Walnussbaum „Echte Walnuss“. Der sommergrüne Laubbaum wird mitunter auch Persische Walnuss (von Persian Walnut), Spitz-, Schnabel-, Baum, Christ- oder Steinnuss genannt.

Am bekanntesten wird Ihnen die Nutzung der Nuss – des Samens in der Schale sein. Auch das hochwertige Holz des Stammes wird Ihnen bekannt sein. Dieses wurde bislang jedoch selten, nun aber häufiger in der Forstwirtschaft angebaut.

Der Baum kann bis zu 30 Meter hoch und bis zu 160 Jahre alt werden. Die Wurzeln bilden ein Pfahl-Herzwurzelsystem und die Krone ist weit und Schatten spendend. Die Rinde des jungen Baumes ist aschgrau und glatt, wird aber im Alter rissig und dunkler.

Die dunkelgrünen, aromatisch duftenden Blätter sind gegenständig gefiedert und werden bis zu 30 Zentimeter lang. Sie sind elliptisch geformt, fast ganzrandig und fast unbehaart. Der Baum blüht von April bis Juni mit männlichen (meist 1 Monat früher) und weiblichen Blüten, die durch den Wind bestäubt werden. Die Früchte enthalten die Kerne, die Walnüsse, die in Form und Größe stark unterschiedlich sein können und deren Samen zum Verzehr geeignet sind.



Sie bekommen natürlich bei uns ständig frische luftgetrocknete Walnüsse in 3 Sorten.

Laut Plinius dem Älteren sollen die Griechen die „göttliche Eichel“ im 7. bis 5. Jahrhundert vor Christi aus dem Gebiet des östlichen Mittelmeeres bis Mittelasien nach Europa gebracht haben und soll von den Römern in weiten Teilen Europas verbreitet worden sein. Die Lateinische Sprache machte daraus die „Jupiter-Eichel“ oder „Jupiter-Nuss“ und 1753 beschrieb Carl von Lineé sie als königlich. Schon in der Mythologie spielte die Echte Walnuss eine majestätische Rolle und wurde dank seiner reichen Früchte als königlich betrachtet und mit Fruchtbarkeit assoziiert. Die Römer führten sie als Nux Gallica in Gallien/Frankreich ein, von wo aus der so genannte „Welschbaum“, denn Gallier wurden „Welsche“ genannt, nach Deutschland gelangte und im 18. Jh. Walnussbaum daraus wurde.



Wir haben täglich von 9:00 bis 17:00 im Winter für Sie geöffnet.

Die Bäume wachsen in feuchten Schluchtwäldern und auch im Gebirge in großen Höhen, denn die Eigenschaften der Pflanze können sehr unterschiedlich sein zwischen kleinfrüchtigen, ziemlich frostharten Wildformen und kultivierten, kälteempfindlichen Sorten. Am besten wächst sie in wintermilden und niederschlagsfrohen Gebieten wie in Weinbaugebieten und gedeiht am besten auf tiefgründigen und kalkreichen Lehm- und Tonböden. Bereits seit der Jungsteinzeit wird die Walnuss angebaut und ist heute als Fruchtbaum in Mitteleuropa und Nordamerika stark verbreitet. Auch im Oderbruch, in unserer unmittelbaren Umgebung werden Walnussbäume auf Bauernhöfen, in Gärten und in der Flur als Einzelbaum kultiviert. Auch die Hugenotten, die zur Trockenlegung des Oderbruchs übersiedelt waren, haben der Walnuss in unserer Region zur Beliebtheit verholfen. Im Sommer spenden die ausladenden Kronen Schatten und im Winter beschenken sie uns mit ihren reichen, nahrhaften Früchten. Man sagt auch, dass man unter einem Walnussbaum vor den Mückenplagegeistern verschont wird.

Unsere Nüsse stammen ausschließlich aus den Gärten der näheren Umgebung, also Gartenware.

Der größte Walnussexporteur ist Kalifornien mit 2/3 der Weltproduktion auf 82.000 Hektar. Dazu kam es, weil im Jahr 1770 spanische Missionare die ersten Nüsse mit nach Nordamerika nahmen und die kommerzielle Nutzung ihren Lauf nahm.

Weitere große Exporteure sind UdSSR, China, Türkei und Italien.

Auf einem guten Standort tragen die Bäume etwa ab dem 10. Jahr Früchte. Im Alter von 40 bis 60 Jahren sind die Erträge am höchsten und nehmen dann wieder stetig ab. Jedoch je nach Standort und Wetter kann die Ausbeute unterschiedlich sein. Allgemein wird gesagt, dass gute Weinjahre auch gute Walnussjahre sind und ein

gutes Jahr gefolgt wird von zwei mittelprächtigen und einem schlechten Jahr. Bis zu 150kg Nüsse können von einem großen Baum bei einer guten Ernte eingebracht werden.

Die Reifung erfolgt Ende September bis Anfang Oktober nachdem schließlich die Frucht aufplatzt und vom Baum herunterfällt. Lagerfähig werden die Nüsse aber erst, wenn sie gesammelt, gesäubert, luftig und trocken gelagert und eventuell gewendet wurden, um dem Schimmelpilzbefall vorzubeugen. 50% verliert die Nuss bei der Trocknung an Gewicht und nur so ist sie über einen längeren Zeitraum lagerfähig.



Wir halten den ganzen Dezember Weihnachtsbäume für Sie bereit und wenn Sie Lust haben, können Sie Ihren Baum auch selbst schlagen. Bitte informieren Sie sich auf unserer [Weihnachtsbaumseite](#).

Gerade zur Weihnachtszeit sind Walnüsse sehr beliebt, aber auch ganzjährig in einigen Speisen wie Speiseeis und Kuchen zu finden. Geschmack verleihen sie dem Salat, zum Brot und einfach pur. Im Handel erhältlich sind sie in unterschiedlichsten Größen, von der kleinsten – der Kriebelnuss bis zur riesigen Schlegelnuss über die Pferde- und Meisennuss. In unserer Region besonders beliebt ist die Französische Walnuss mit der großen und leicht zu öffnenden Schale.

Unter anderem gibt es auch Walnusskerne und Walnussöl in den Läden und eine andere Variante ist die Verarbeitung der halbreifen grünen Nüsse zu Einmachobst, kandierten Schwarzen Nüssen oder Nusslikör (Nussgeist oder Nusschnaps) im Juni.

Aus unserem Kürbissortiment halten wir weiterhin Hokkaido, Butternut, Muskat, und viele andere Sorten für Sie bereit.

Eine Hand voll Walnüsse am Tag und Ihr Herz wird es Ihnen danken. Sie senken Ihren Cholesterinspiegel dank des hohen Anteils an mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Bis zu 60% Omega-3-Fettsäuren enthält eine Nuss. Diese sind verträglich für das Herz und damit beugen Sie Krebs und Herz-Kreislaufproblemen vor. Außerdem nehmen Sie noch pflanzliches Eiweiß, Kohlenhydrate, Zink – gut für Leber und Haare sowie Kalium – für den Herzmuskel, Magnesium, Phosphor, Schwefel, Eisen, Kalzium, Vitamin A, B1, B2, B3, C, E und Pantothenensäure wenn Sie Walnüsse auf Ihren täglichen Speiseplan setzen.

Weil halbreife Nüsse und früh geerntetes Laub zu den Vitamin C - reichsten Pflanzen, mit bis zu 1% Vitamin C gehören, hat die Walnuss auch eine medizinische Bedeutung in der Naturheilkunde. Probieren Sie die antiseptische Wirkung doch mal bei einer Wundbehandlung mit einem Walnussextrakt aus oder essen Sie sie als Nahrungsergänzung bei Diabetes. Aus der Frucht, die den Walnusskern umgibt, kann eine braune Haartönung, Nussbeize zum Färben von Holz oder Gerbmittel hergestellt werden. Hierfür ist der Inhaltsstoff Juglon verantwortlich. Beiz- und Färbemittel können auch aus der Nussbaumrinde gefertigt werden, die zusätzlich in der Weinbrandindustrie als Alterungsmittel oder Zusatz seine Verwendung findet.

Bitte besuchen Sie uns und verschaffen Sie sich Ihren persönlichen Vorrat an Walnüssen.



Für die Griechen war die Nuss das Sinnbild für das Wesentliche, das sich hinter Äußerlichkeiten verbirgt. Im Allgemeinen gilt sie als Symbol der Fruchtbarkeit. Deshalb wurde die Walnuss auch in vielerlei Bräuchen verwandt. So war es bei den Römern Hochzeitsbrauch, dass der Bräutigam diese unter die Gäste warf und eine glückliche Ehe führen sollte, wenn ein heller Ton beim Aufprall erklang. Die Germanen mischten Walnüsse mit Haselnüssen und erklärten sie zur Göttin der Liebe und des Erntesegens. Auch als ein anderes Liebesorakel war die Walnuss dienlich. Dem Mythos nach warfen zur Weihnachtszeit Heiratswillige Zwei Nüsse ins Feuer. Blieben diese auch bei größter Hitze zusammen, so wurde den beiden eine harmonische Ehe vorausgesagt. Brachen sie allerdings geräuschvoll auseinander, so sollte die Ehe einen turbulenten Verlauf nehmen. Im Christentum werden der Nuss verschiedene Bedeutungen zugesagt: Der Kern gewachsen in der Schale – das süße Fleisch Christi gewachsen im Schoße Marias, Die Kirche, ihre süße Tugend heimlich in einer festen Schale bewahrend oder die scharf schmeckende Hülle als bittere Leiden Christi am Kreuz aus Holz - der harten Schale – das ihm ewiges Leben gewährte.

Darstellungen zeigen deshalb Josef mit einem Walnusszweig in der Hand, als er Maria heiratete.

Doch auch im Schoß der Kirche wurde die Frucht gerade wegen ihrer Symbolik von so manchen Mönchen und Pfarrern verteufelt. Das Zeichen der Frau und der Fruchtbarkeit wären gleichermaßen Zeichen der Sünde und Wollust. Auf jedem Blatt wohne ein Teufel, der unter den Bäumen mit den Hexen Liebesorgien feiere.

Wir ackern ohne Gentechnik.

Fordern Sie das Liebesorakel heraus oder bezaubern Sie Ihren Schatz und die ganze Familie mit den folgenden Rezepten zubereitet aus den Walnüssen von Bauer Nietsch!

Oma Lottes Nusstorte

Zutaten:

125g Butter	250g geriebene Walnüsse
250g Mehl	2 Eier, Salz
250g Zucker	Vanillinzucker, Bittermandelaroma
1/4 l Milch	4TL Backpulver
Nougatfüllung	

Rühren Sie Butter, Eier und Zucker schaumig. Geben Sie die Gewürze und die geriebenen Nüsse dazu. Nun geben Sie abwechselnd das Mehl mit Backpulver und die Milch dazu. Geben Sie den Kuchen am Besten in eine Springform und backen Sie den Teig bei mittlerer Hitze 55 Minuten lang. Lassen Sie nun den Kuchen auskühlen. Teilen Sie den Kuchen jetzt in 2 Hälften und streichen Sie beide Hälfte nach Belieben mit Weinbrand ein. Nougatfüllung nach Anweisung zubereiten und auf die untere Kuchenhälfte streichen. Darauf setzen Sie die obere Hälfte. Streichen Sie die Oberseite nochmals mit Weinbrand ein und überziehen Sie sie mit Schokoladenguss. Als Verzierung nehmen Sie Walnusshälften und gehackte Pistazien.

Mamas Spezialrezept Schmorkohl mit Walnüssen

Schneiden sie den Weißkohl in feine Streifen und erhitzen Sie Olivenöl in einer Pfanne. Braten Sie den Weißkohl in der Pfanne an. Geben Sie reichlich gehackte Walnüsse dazu und lassen alles weiterschmoren bis der Kohl bissfest ist. Würzen Sie nun mit Salz und Pfeffer ab.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Unsere fachlichen Informationen über Walnüsse entstammt dem Artikel „Echte Walnuss“. In: Wikipedia: Die freie Enzyklopädie. Stand: 24. November 2006, 11:22 Uhr. URL: http://de.wikipedia.org/wiki/Echte_Walnuss (abgerufen am 24. November 2006)