

6 Bäume, die du kennen solltest: Dein Zuhause im Wald

Kennst du das Gefühl? Du stehst im Wald, umgeben von hunderten Bäumen, und doch fühlt es sich an, als wärst du unter Fremden.

Du siehst Stämme, Äste, Blätter – aber du *kennst* sie nicht wirklich.

Die Verbindung zur Natur beginnt oft mit einem einzigen Schritt: dem Kennenlernen.

Wenn du die Namen und die Geschichten der Bäume um dich herum entdeckst, verändert sich alles. Der Wald wird vom reinen Aufenthaltsort zu einem Ort des Austauschs, zu deinem erweiterten Zuhause.

Es geht nicht darum, ein wandelndes Lexikon zu werden. Es geht darum, ein paar wenige, aber treue Freunde zu finden, die dir in jeder Situation zur Seite stehen.

Mit diesem Wissen musst du nicht mehr unzählige Dinge im Rucksack mitschleppen – denn der Wald selbst wird zu deiner Vorratskammer und deinem Werkzeugkasten.

Lass uns sechs dieser alten Begleiter gemeinsam kennenlernen.

Die Weide – Die Sanfte am Wasser, die alles verbindet



Die Weide – der Baum zum Flechten

Es gibt unheimlich viele Arten der Weide. Sie haben alle eines gemeinsam: die ähnliche Blattform.

Alle Blätter sind schmal und lang (wie eine Lanze) und wachsen in großer Anzahl entlang der Zweige. Die Weide steht am liebsten in feuchten Gebieten, denn nur da kann sie alt und kräftig werden. Sie ist

daher ein **guter Indikator für eine Wasserquelle** ([lies hier meinen Wasser-Guide](#)).

Die Weide ist für Folgendes nützlich:

- Weidenrinde enthält den Stoff Salicin (bei [Wikipedia](#) mehr dazu), der schmerzlindernd wirkt, wie bei einem Aspirin. Besonders nützlich bei Kopfschmerzen und Entzündungen. Kaue dazu ein paar kleine grüne Zweige und schlucke den Saft herunter.
- Das Holz der Weide lässt sich gut zum [Feuerbohren](#) verwenden.
- Aus der Weidenrinde stellst du Seile her ([hier eine Anleitung von mir](#)). Das funktioniert am zuverlässigsten im Frühling und Sommer, da sich zu dieser Zeit die Weide schält.
- Mit den jungen Zweigen der Weide und den Setzlingen stellst du Körbe her. Du kannst mit ihnen allerhand flechten, wie auch Fallen für Fische (einen Trichter) oder kleine Tiere.

Bist du länger an einem Ort, so lässt sich Weide auch pflanzen und für Folgendes nutzen:

- Weide ist flexibel und kann daher als Zaun angebaut werden. Du musst sie nur regelmäßig beschneiden.
- Aus Weide lässt sich eine Behausung bauen. Das dauert natürlich, weil die Weide wachsen muss. Biege sie nur regelmäßig in die richtige Position und nach mehreren Jahren wartet dann ein Weiden-Pavillon auf dich.

Die Eiche – Ein Kraftprotz mit bitterem Geheimnis



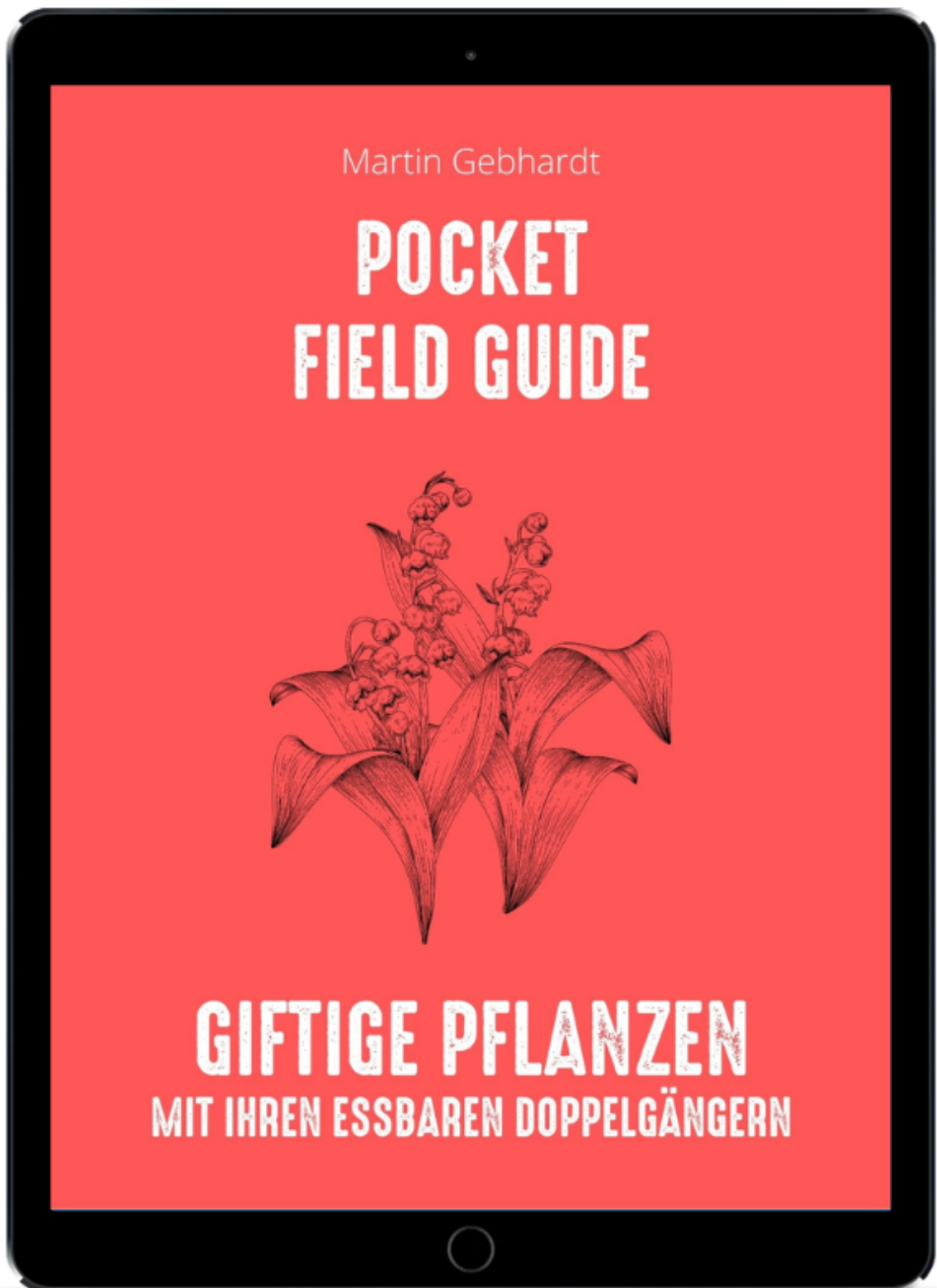
Die Eiche – Giftig und doch essbar

Eichen findest du in ganz Deutschland mit ca. 600 verschiedenen Arten. Du erkennst sie an ihren Blättern (abgerundete Blattenden) und den Früchten, den Eicheln. Das Holz, die Rinde und die Früchte lassen sich für dich als Survivalist verarbeiten und nutzen. Am meisten sind in Europa die Stieleichen, Traubeneichen und Roteichen verbreitet.

Noch ein Hinweis: Die Eiche besitzt eine hohe Konzentration von Gerbstoffen. **Alle Teile der Eiche sind giftig, aber nicht lebensbedrohlich.** Die Tannine ([die man zum Gerben nutzt](#)) und Aldehyde im Eichenholz können beim Einatmen allergische Reaktionen (Rhinitis, Asthma) hervorrufen. Du musst daher alle Teile der Eiche ausgiebig waschen und einweichen. Erst, wenn sich das Wasser nicht mehr färbt, sind die Teile zu gebrauchen.

Dafür kannst du die Eiche nutzen:

- Aus den Eicheln stellst du Mehl (oder Kaffee-Ersatz) her, welches viele [Proteine](#) und Kohlenhydrate enthält. Wasche die Eicheln ausgiebig, damit die Gerbsäure (zu viel davon schmeckt bitter) entfernt wird. Dann trockne die Eicheln am Feuer, mahle sie zu Mehl und backe dir dein Eichel-Brot daraus.
- Eicheln können als Fallen-Köder für Eichhörnchen und andere kleine Wildtiere genutzt werden.
- Das Holz der Eiche ist sehr hart, du nutzt es für Axtgriffe, Grabstöcke und für deinen Shelterbau ([lies hier](#), wie du einen Shelter baust).
- Als Brennholz ist die Eiche sehr beliebt. Das Holz brennt zwar schwer an, dafür brennt es lange und heiß. Die Glut des Eichenholzes ist sehr heiß und hält lange an.
- Junge Blätter und Blüten, die gerade erst aus den Knospen treten, enthalten kaum Gerbstoffe und können gegessen werden.
- Eichenrindentee (getrocknete und pulverisierte Eichenrinde) besitzt heilende Wirkungen (z. B. bei Magenbeschwerden).
- Mit einem frischen Umschlag aus Eichenrinde linderst du Ekzeme und andere Hautirritationen.



Lerne 11 lebensgefährliche Giftpflanzen kennen, die mit essbaren Wildpflanzen fast identisch sind und daher schnell verwechselt werden können. Ich zeige dir eindeutige Merkmale zur Unterscheidung. [Schau dir hier meinen Pocket Field Guide an.](#)

Die Birke – Das leuchtende Wunder für Feuer und Durst



Die Birke – Saftig und ein Zunderwunder

Die Birke kennst du sicher: Sie hat in jungen Jahren einen Stamm mit weißer Rinde. Dadurch ist sie eindeutig erkennbar. Die Rinde ist manchmal wie Papier und lässt sich einfach abziehen.

Wenn du in der Wildnis auf dich gestellt bist, hilft dir die Birke hierbei:

- Im Frühjahr ist ihr **Saft** trinkbar. Du musst diesen nicht reinigen und kannst ihn gewinnen, wenn du die Rinde anstichst. Allmählich tropft der leicht süße Saft heraus.
- Aus **Birkenrinde** stellst du Behälter her. Dosen für Streichhölzer ([hier mein Leitungsartikel dazu](#)), Kochbehälter und sogar Kanus.
- Birkenrinde besitzt ätherische Öle und brennt daher besonders gut (auch wenn sie etwas feucht ist). Das bedeutet, du nutzt diese als **Zunder** (Finde hier [22 Beispiele für Zunder](#)).
- Aus den jungen Blättern und Zweigen kochst du dir einen **Tee**.
- Das **Kambium**, die untere Schicht der Birkenrinde, kannst du essen.
- Der **Birkenporling** ist ein wichtiger Pilz. Er wächst an abgestorbenen Birken und ist an seiner hellen, graubraunen Oberfläche und der glatten Unterseite gut zu erkennen. Dieser Pilz wurde traditionell als Medizin verwendet. Er wirkt blutstillend und antiseptisch, daher kann er in Notsituationen als natürlicher Verband oder Blutstiller dienen. Auch im Tee ist er nutzbar und in meinem ausführlichen [Artikel über den Birkenporling](#) findest du alle Infos.
- Der **Zunderpilz / Zunderschwamm** wächst auch auf der Birke. Zunderschwamm wird seit Jahrhunderten als Zunder genutzt und selbst daraus kochst du Tee. [Lies hier meinen ganzen Artikel zum Zunderschwamm](#).
- Aus der Birkenrinde stellst du **Birkenpech** her, das ein hervorragender natürlicher Kleber ist.

Noch mehr zur Birke findest du in meinem Artikel "[Birkenrinde: das Survival-Wunder \[Anwendungsbeispiele\]](#)".

Der Ahorn – Süße Energie und fliegende Samen



Der Ahorn – Saft und Samen für Genießer

Der Ahorn schmückt sich besonders im Herbst mit seinen roten, orangen und gelben Blättern. Ein Ahornblatt ist leicht zu erkennen und die unverkennbaren Samen am Boden verraten jedem Waldläufer, dass er unter einem Ahornbaum steht.

In Kanada ist der Zucker-Ahorn sehr bekannt, weil du aus diesem **Ahornsirup gewinnst**. Leider ist der Zucker-Ahorn in Deutschland nicht verbreitet, daher bleibt uns das Sammeln von Sirup verschlossen.

Der Zucker-Ahorn kommt hauptsächlich über weite Teile des nordamerikanischen Ostens von Kanada bis in die südlichen USA vor. Auch vom schwarzen Zucker-Ahorn lässt sich Saft sammeln, und gelegentlich begegnen wir dem Baum sogar in Europa.

Für Survival-Situationen ist der Ahorn nützlich:

- Junge Blätter vom Ahorn kannst du essen. Sicher, sie sind nicht sehr nahrhaft, aber für einen "Wildnis-Salat" reichen sie aus. Wenn die Blätter älter werden, schmecken sie bitter.
- Im Frühling, kurz nach dem Winter, fließt auch im Ahorn der Saft in die Spitzen. Dieser Saft ist sofort trinkbar. Der Ahorn-Saft ist voller Power, da er viel Zucker enthält. Ich hatte an guten Tagen bereits nach 15 bis 30 Minuten eine 1-Liter-Flasche voll.
- Die Zweige, Äste und Blätter lassen sich gut als Kochwerkzeuge nutzen. Zum Beispiel als Spieß für dein Stockbrot ([Finde hier mein perfektes Stockbrot-Rezept mit und ohne Hefe](#)). Die Blätter sind teilweise sehr groß und du wickelst damit dein Fleisch oder Fisch ein, um deine Nahrung zu garen.
- Die Samen des Ahorns können gegessen werden. Entferne die dünnen Blätter vom Samen und koche oder brate die Samen ein paar Minuten. Ein wenig Salz dazu und sie sind schmackhaft. Oder du nimmst die Samen für einen Eintopf als eine Art "kleine Bohnen".

Lies auch

[Das flüssige Gold der Bäume: 16 Bäume, die du für Sirup anzapfen kannst](#) – Sirup aus der Natur – klingt das nicht verlockend? In diesem Ratgeber lernst du, wie du aus 16 verschiedenen Bäumen wertvollen und leckeren Sirup gewinnst.

Die Kiefer – Die Harzige für Feuer, Tee und Halt



Die Kiefer – Zunder, Kleber, Tee

Die Kiefer ist ein Nadelbaum und in Deutschland hauptsächlich im Norden verbreitet. Du erkennst eine Kiefer rasch an ihren Nadeln. Denn nur die Kiefer besitzt zwei oder mehr Nadeln an der Nadelbasis.

Folgendes ist nützlich für dich an der Kiefer:

- Das Harz der Kiefer nutzt du als Brandbeschleuniger und Feuerstarter. Lies hier mehr zu Harz: [16 Möglichkeiten, wie dir Harz in der Wildnis hilft](#)
- An der Kiefer findest du an Astaustritten und an den Wurzeln sehr harzreiche Stellen. Daraus stellst du [Kienspäne](#) her (mein Lieblings-Zunder).
- Das Harz erhitzt du und mischst es mit Holzkohle-Pulver. Das ergibt einen natürlichen Kleber, der abgekühlt ewig haltbar ist und so transportiert werden kann.
- Aus den Kiefernadeln kochst du dir einen Tee (Vitamin C).
- Du kannst einiges an der Kiefer essen: die Samen, die Blüten und die innere Rindenschicht.
- Die Kiefer ist ein tolles Bau- und Konstruktionsholz für Bushcrafter.
- Mit den Zweigen der Kiefer isolierst du deinen Schlafplatz und deckst dein Shelter ab (Lies hier: [Wie du ein Bushcraft Shelter baust](#)).
- Kiefernholz brennt schnell an, ergibt aber keine lang anhaltende und heiße Glut.
- Die frischen und starken Wurzeln der Kiefer nutzt du als Seile.

Lesetipp: [5 bekannte Nadelbäume durch ihre Nadeln bestimmen und erkennen](#)

Die Linde – Für Seile, Tee und Schnitzereien



Die Linde – Für Seile, Tee und Schnitzereien

Die Linde steht gerne auf feuchtem Boden und wird häufig bei Bächen und Teichen gefunden. Markant finde ich die Blätter: Sie sind groß, herzförmig und haben einen grob gezahnten Rand. Besonders auffallend ist aber das zungenförmige Blatt, welches an der Basis der herzförmigen Blätter wächst. An diesem entstehen die Früchte: kleine, nussartige Kugeln (Blütenfarbe Gelb, Orange, Weiß).

In Europa kommen hauptsächlich die Winterlinde (*Tilia cordata*) und die Sommerlinde (*Tilia platyphyllos*) vor. Die Bäume können bis zu 1000 Jahre alt werden.

Für Folgendes ist die Linde im Survival nutzbar:

- Die Blätter und [Blüten](#) sind, gerade im Frühling, essbar. Ab in den Salat oder pur snacken und Power tanken.
- Die innere Schicht der Rinde kannst du essen und sie schmeckt süß. Kratze sie mit deinem Messer ab.
- Aus den Blüten kochst du dir einen Lindenblütentee – gut gegen Erkältung oder für dein Immunsystem.
- Die inneren Fasern der Linde gehören zu den besten natürlichen Tauwerken auf der Welt.
- Das Holz der Linde ist weich und daher zum [Feuerbohren](#) gut geeignet.
- Da das Holz weich ist, schnitzt du damit deine eigenen Löffel oder weitere Werkzeuge. Es ist gerade für Einsteiger gut zum Schnitzen geeignet. [Hier zeige ich dir](#), wie du anfängst, einen Holzlöffel zu schnitzen.

Wenn du noch mehr essbare Pflanzen suchst, dann lies unbedingt meinen Artikel "[Essbare Pflanzen](#):"

[diese Notnahrung findest du im Wald \(Liste + Bilder\)](#)".

Fällt dir noch mehr ein zu den aufgelisteten Bäumen? Dann immer her damit und schreib es mir in die Kommentare.

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner ["Über mich"-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>