

# Hasel (*Corylus avellana*): Dein Bushcraft- Alleskönner

Wenn du durch unsere heimischen Wälder und Hecken streifst, ist die Chance riesig, dass du ihr begegnest: der Gemeinen Hasel (*Corylus avellana*).

Viele kennen sie nur wegen ihrer leckeren Nüsse im Herbst, die wir uns oft genug mit den Eichhörnchen teilen müssen.

Aber für uns Wildnispädagogen, Bushcrafter und Survival-Fans ist die Hasel so viel mehr! Sie ist ein unglaublich vielseitiger, robuster und oft unterschätzter Begleiter – ein echtes Schweizer Taschenmesser unter den Sträuchern.

Schnapp dir dein Messer (im übertragenen Sinne natürlich!) und lass uns entdecken, warum dieser unscheinbare Strauch ein absolutes Muss für dein Wildniswissen ist.

## Steckbrief: So erkennst du die Hasel sicher

Bevor wir ans Eingemachte gehen, müssen wir sie natürlich sicher erkennen können.

- **Botanischer Name:** *Corylus avellana*
- **Familie:** Birkengewächse (Betulaceae)
- **Wuchsform:** Meist ein **vielstämmiger Strauch**, selten ein kleiner Baum, wird oft 3–6 Meter hoch, manchmal höher. Wächst oft buschig direkt vom Boden aus.
- **Rinde:** Bei jungen Trieben glatt, graubraun, oft mit hellen Korkporen (Lentizellen). Im Alter kann sie etwas rissiger werden.
- **Blätter:** Rundlich bis herzförmig, mit einer deutlichen Spitze. Der Rand ist charakteristisch **doppelt gesägt** (sieht aus wie Zähne auf Zähnen). Die Blattoberfläche ist leicht rau, die Unterseite weich behaart. Sie stehen wechselständig am Zweig.
- **Das Wichtigste für Bushcrafter:** Die **jungen Triebe und Ruten sind extrem biegsam!**



Hasel im Winter



### Männlein und Weiblein: Die Blüten der Hasel

Die Hasel ist ein Frühblüher und eine der ersten wichtigen Nahrungsquellen für Bienen. Sie hat getrennte männliche und weibliche Blüten an derselben Pflanze (einhäusig):

- **Männliche Blüten ("Kätzchen"):** Das sind die langen, gelben, wurstförmigen Gebilde, die schon im Winter an den Zweigen hängen und im zeitigen Frühjahr (oft Februar/März) ihren **Pollen** im Wind verteilen. Diese Kätzchen sind unübersehbar.
- **Weibliche Blüten:** Die sind **winzig klein und unscheinbar!** Sie sehen aus wie kleine Knospen, aus denen nur ein paar **leuchtend rote, fadenförmige Narben** herauschauen – wie winzige

Pinsel. Man muss schon genau hinsehen, um sie zu entdecken. Aus ihnen entwickeln sich nach der Windbestäubung die Haselnüsse.



## Wo findest du die Hasel?

Sie ist in Europa weit verbreitet und nicht wählerisch:

- In **Hecken und an Waldrändern.**
- In **lichten Laub- und Mischwäldern.**
- An **Bachläufen und Ufern.**
- Oft auf **kalkhaltigen, nährstoffreichen Böden**, aber sehr anpassungsfähig.

## Das Bushcraft-Wunder: Flexibilität ist Trumpf!

Jetzt kommen wir zu dem, was die Hasel für uns Waldläufer, Wildnispädagogen und Bushcrafter so genial macht: ihre unglaubliche **Bielsamkeit!**

Besonders bei den jungen, geraden Ruten, die aus dem Stock austreiben (Wasserschosse oder Stockausschläge).



ich baue einen Tragekorb aus Haselruten

## Weben und Bauen: Dein natürliches Baumaterial

- **Körbe & Tragegestelle:** Das ist DIE Paradedisziplin! Die langen, flexiblen Ruten sind perfekt, um stabile und leichte **Tragekörbe, Sammelbehälter oder sogar einfache Rucksäcke** zu flechten. Eine essenzielle Fähigkeit, um gesammelte Nahrung oder Ausrüstung zu transportieren.
- **Fischreusen & Fallen:** Die Biegsamkeit erlaubt das Formen von stabilen Reusen und Fallenteilen (siehe meinen [Ratgeber zu Fischfangmethoden](#)).
- **Flechtwände & Hürden:** Für Windschutz, Zäune oder die Wände einfacher Unterstände (Laubhütten). Die Technik des Flechtens zwischen dickeren Haselpfosten ist uralte.
- **Unterstandbau:** Flexible Ruten eignen sich hervorragend als Gerüst für einfache Notunterkünfte (z. B. ein "Bender" oder das Gerippe einer Laubhütte), über das dann Laub oder Planen gespannt werden.



Eine urtümliche Fischfalle, mit denen heute noch gefischt wird

## Werkzeuge & Helferlein aus Haselholz

- **Feuerbohren (Bow Drill):** Hasel ist sowohl für die **Spindel** als auch für das **Bohrbrett (Hearth Board)** eine gute Wahl, da es relativ weich ist und gut Abrieb für die Glut erzeugt. Wenn du die Technik des Feuerbohrens meistern willst, ist die Hasel ein super Holz dafür (hier findest du eine detaillierte Anleitung zum [Feuerbohren mit dem Bow Drill](#)). Sie gehört nicht umsonst zu den Hölzern, die sich [besonders gut für Spindel und Brett eignen](#), wie du in diesem Vergleich nachlesen kannst.
- **Grabstöcke & Wurfstöcke:** Dickere, gerade Äste lassen sich leicht zu nützlichen Werkzeugen zuspitzen.
- **Grill- & Bratspieße:** Gerade, entrindete Zweige sind perfekt, um Essen über dem Feuer zu garen.
- **Einfache Bögen:** Für Kinder oder als Übungsbogen für die Grundlagen des Bogenbaus lassen sich aus geeigneten Haselstämmchen einfache Langbögen herstellen (keine Hochleistungswaffen!).
- **Werkzeugstiele & Hämmer:** Für improvisierte Werkzeuge eignen sich dickere Äste gut, zum Beispiel um einen robusten [Bushcraft-Holzhammer zu bauen](#).



### **Die Kunst des Erntens: Mehr als nur Abschneiden**

Um die besten flexiblen Ruten zu bekommen, ist der **Winter (wenn der Strauch kahl ist)** die ideale Zeit.

Such dir möglichst **gerade, daumendicke Ruten** ohne viele Seitenäste aus, die oft direkt aus der Basis des Strauchs wachsen (Stockausschläge).

Schneide sie mit einem scharfen Messer oder einer Säge **möglichst tief am Boden** ab – das fördert einen kräftigen Neuaustrieb im nächsten Jahr, ganz im Sinne der alten "Coppicing"-Technik.

Wenn du die Ruten sofort sehr stark biegen musst, kann ein kurzes Wässern die Flexibilität noch erhöhen. Für viele Zwecke, wie Spieße oder Werkzeugstiele, kannst du sie aber auch direkt verwenden.



## Survival mit der Hasel: Mehr als nur Holz

Natürlich ist die Hasel auch im direkten Überlebenskontext wertvoll:

- **Die Haselnuss:** Der Star! Ein **Kraftpaket voller Fett (bis zu 60%) und Eiweiß**. Liefert unglaublich viel Energie auf kleinem Raum. Lässt sich gut **lagern** für den Winter. Die Kunst ist, sie vor den Eichhörnchen zu finden und die harte Schale zu knacken! Haselnüsse sind eine Top-Energiequelle und ein wichtiger Teil der [Notnahrung aus dem Wald, die du kennen solltest](#).
- **Essbare Kätzchen:** Im Notfall sind die männlichen Kätzchen essbar. Sie sind zwar nicht sehr nahrhaft, enthalten aber **Pollen (Eiweiß)** und können roh oder gekocht gegessen werden. Besser als nichts!
- **Junge Blätter:** Im Frühling können die ganz jungen, zarten Blätter in kleinen Mengen roh im Salat oder gekocht als Notgemüse dienen. Kein kulinarisches Highlight, aber essbar.
- **Gutes Brennholz:** Haselholz brennt recht gut und schnell, wenn es trocken ist.



## Mystisches und Altes Wissen: Die Hasel unserer Vorfahren

Die Hasel war für unsere Ahnen weit mehr als nur ein nützlicher Strauch. Sie galt als heilig und war tief in Mythologie und Brauchtum verwurzelt:

- **Weisheit & Wissen:** In der keltischen Mythologie war die Hasel oft ein Symbol für Weisheit und verborgenes Wissen. Der Lachs der Weisheit soll Haselnüsse gefressen haben, die in den Brunnen der Weisheit fielen.
- **Wünschelruten & Divination:** Haselzweige waren das bevorzugte Material für Wünschelruten, um Wasseradern oder Erzvorkommen zu finden. Eine Praxis, die bis heute überlebt hat.
- **Schutz & Fruchtbarkeit:** Sie galt als Schutz vor Blitzschlag und bösen Geistern. Zweige wurden

zur Fruchtbarkeitsförderung auf die Felder gesteckt. Auch in der traditionellen Heilkunde spielte sie eine Rolle, was sie zu einem der spannenden [heilsamen Bäume unserer Heimat](#) macht.

- **Zauberstäbe:** Der klassische "Zauberstab" in vielen Märchen und Legenden wird oft aus Haselholz gefertigt.
- **Coppicing (Stockausschlagwirtschaft):** Unsere Vorfahren nutzten die Fähigkeit der Hasel, nach dem Abschneiden wieder stark auszutreiben, über Jahrhunderte hinweg. Durch das regelmäßige "Auf-den-Stock-Setzen" (Abschneiden knapp über dem Boden) ernteten sie nachhaltig alle paar Jahre die begehrten flexiblen Ruten für Zäune, Flechtwerk und Brennholz. Viele alte Wälder zeigen noch Spuren dieser Bewirtschaftung.



## Mit Respekt ernten: Ein Wort zur Nachhaltigkeit

Gerade weil die Hasel so nützlich ist, ist ein respektvoller Umgang wichtig. Ernte nie alle Ruten von einem Strauch und nimm nur so viel, wie du wirklich benötigst.

Denke daran, dass du auf fremdem Grund die Erlaubnis des Besitzers brauchst. Indem wir die Techniken unserer Vorfahren verstehen (wie das nachhaltige Schneiteln oder "Coppicing"), lernen wir, die Gaben der Natur zu nutzen, ohne sie auszubeuten.



## **Fazit: Dein Alleskönner direkt vor der Haustür**

Die Gemeine Hasel ist ein Paradebeispiel dafür, wie viel Potenzial in einer einzigen Pflanze stecken kann.

Sie liefert uns nicht nur energiereiche Nahrung, sondern vor allem ein unschlagbar vielseitiges Material für unzählige Bushcraft-Anwendungen – von der lebenswichtigen Feuerspindel bis zum praktischen Tragekorb. Sie verbindet uns mit alten Techniken und dem Wissen unserer Vorfahren.



## Die Hasel als Lehrmeisterin: Fähigkeiten Schritt für Schritt

Die Beschäftigung mit der Hasel ist ein toller Weg, grundlegende Wildnisfähigkeiten zu entwickeln.

Es beginnt mit der **genauen Beobachtung** (Blätter, Blüten, Rinde), führt über das **Verständnis des Materials** (Flexibilität testen) zur **praktischen Anwendung** (Schnitzen, Flechten, Feuerbohren) bis hin zur **Nahrungsbeschaffung** (Nüsse sammeln und knacken).

Jeder Schritt erfordert Geduld, Übung und schärft unsere Sinne und unsere Verbindung zur Natur.

Wenn du das nächste Mal an einem Haselstrauch vorbeikommst, sieh ihn mit anderen Augen. Erkenne seine Merkmale, fühle die Biegsamkeit seiner jungen Triebe und denke daran, was du alles daraus machen könntest.

Die Hasel ist ein wahrer Freund in der Wildnis – lerne sie kennen und schätzen!

---

## 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>