

Neue Obstarten

Die Vitalbeere

Für diese Pflanze gibt es viele Namen. In manchen Baumschulen bekommt man sie als Vitalbeere. Auch unter dem Namen Wu-Wei-Zi, Fünf-Aroma-Frucht und Gesundheitsbeeren wird das Obst gehandelt. In der asiatischen Naturheilkunde, aber auch in unserer modernen Medizin, ist die medizinische Wirkung dieses Obstes bekannt. Die „Frucht der fünf Elemente“ spielt in Japan, Korea und China, wo sie beheimatet ist, seit zweitausend Jahren eine wichtige Rolle. Schon seit langem ist sie dort als ein wirkungsvolles Kräftigungs- und Stärkungsmittel für Körper und Seele bekannt. Die moderne Medizin bescheinigt der *Schisandra chinensis*, dass sie bei Husten hilft, das Herz stärkt, die Verdauung unterstützt, bei Durchblutungsstörungen hilft u.v.a. Die Früchte verarbeitet man zu Saft, Marmelade, Trockenfrüchten und die jungen Blätter zu Tee. Im Mai erscheinen die duftenden weiß - rosa Blüten. An einer Kletterhilfe kann die Pflanze bis zu 3 Meter hoch werden. Sie ist pflegeleicht, selbstfruchtend und vor allem winterhart. Im September/ Oktober sind die Früchte der Vitalbeere (Sorte: „ProSana“) erntereif.



E.Schmitt