

Nadelbäume



Name	Beschreibung	Küche
Fichte	immergrüner Nadelbaum, Nadelblätter quirlig angeordnet, Zapfen hängen herunter Fichte sticht, die Tanne nicht!	<ul style="list-style-type: none">• junge Fichtentriebe (Mai) für Salat, Butter, zum Kandieren• Nadelblätter als Gewürz• junge Zapfen für Likör <i>Geschmack: Zitrone</i>
Kiefer	immergrüner Nadelbaum, lange Nadelblätter (paarweise angeordnet), Zapfen eiförmig	<ul style="list-style-type: none">• Nadelblätter als Gewürz• junge Zapfen für Likör oder zum Einlegen <i>Geschmack: Pfeffer</i>
Tanne (Weißtanne)	immergrüner Nadelbaum, flache Nadelblätter, auf der Oberseite grün und der Unterseite hellgrün mit zwei weißen Wachsstreifen, Zapfen wachsen aufrecht (wie eine Kerze)	<ul style="list-style-type: none">• junge Triebe, siehe Fichte• Nadelblätter als Marinade, Gewürz, Streckmehl, für Salz-/Zuckermischungen <i>Geschmack: Orange</i>
Lärche	verlieren im Winter ihre Nadelblätter, weiche Blätter in kleinen Büscheln	<ul style="list-style-type: none">• junge Nadeln für Sirup, Marinaden, Butter/ Aufstrich <i>Geschmack: Zitrone</i>
Douglasie	weiche, flache Nadelblätter, Oberseite dunkelgrün und Unterseite heller, Zapfen eiförmig /hängend	<ul style="list-style-type: none">• kann ähnlich wie Tanne und Fichte verwendet werden <i>Geschmack: Grapefruit</i>
Eibe (giftig)	flache, weiche Nadeln, keine Zapfen, rote Früchte	Alle Teile der Eibe sind giftig! Das rote Fruchtfleisch, welches den hochgiftigen Samen umgibt, allerdings nicht.

Heilkunde:

Nicht giftige Nadelbäume können aufgrund ihrer ätherischen Öle bei Erkältungskrankheiten vielseitig eingesetzt werden. Sie eignen sich als Badezusatz, für Dampfinhalationen, Oxymel, Bonbons oder zum Räuchern.

Das Harz dieser Bäume hat eine pflasterartige Funktion und kann nach dem Trocknen gesammelt und zu einer Salbe verarbeitet werden. Diese Salbe unterstützt die Haut bei kleinen Wunden, Muskelbeschwerden, Rheuma und eignet sich auch als Erkältungssalbe.

Es ist jedoch **Vorsicht** geboten: Personen mit Herzschwäche, Bluthochdruck und Asthma sollten die ätherischen Öle sparsam verwenden.