

Die Himbeere, *Rubus idaeus*, Rosengewächse

Der stachelige Himbeerstrauch erreicht in Höhe von 1 bis 2 Metern. Die weißen bis rosafarbenen Blüten haben 5 Blütenblätter und stehen in lockeren Trauben.

Die Blütezeit der Himbeere ist Mai bis Juni. Die rote Frucht ist eine sogenannte Sammelfrucht, die aus vielen Steinfrüchtchen besteht und innen hohl ist. Fruchtreife ist im Spätsommer. Die Laubblätter sind gefiedert und 5 bis 7 teilig. Manchmal auch 3teilig und an ihrer Unterseite dicht weißhaarig.

Die Himbeere ist an Waldrändern und Lichtungen zu finden. Natürlich wird sie auch gerne in Gärten angepflanzt. Sie steht gerne halbschattig auf nährstoffreichem Lehmboden.

Die Blätter enthalten Gerbstoffe und wirken somit gegen Durchfall. Sie eignen sich aber auch zur Behandlung der Mundschleimhäute. Heutzutage spielen die Blätter in der Heilkunde kaum noch eine Rolle. Man findet sie aber noch als Zusatz in Teemischungen zur Blutreinigung.

Die Früchte weisen einen Vitamin C Gehalt, von 25 mg auf 100 g auf. Ferner enthalten sie Vitamin A, Rutin und viel Biotin. Das unter anderem für Glanz und Fülle der Haare sorgt.

Weitere Volksnamen waren Madebeere, Mollbeere, Hohlbeere, Katzenbeere und Ambas. Der Wortursprung der Himbeere kommt von der althochdeutschen Bezeichnung *hintperi*. Und wird als Beere der Hinde, der Hirschkuh, gedeutet. Die wohl die Beeren gerne fressen. Der wissenschaftliche Gattungsname *Rubus* nimmt Bezug auf die roten Früchte und der Artnamen *idaeus* stammt aus dem Griechischen, und bezieht sich auf den Strauch *batos idaios*, der auf dem Berg Ida wuchs.

Titel: Die Himbeere / Adresse: botnikus.de / Verfasser: botanikus.de // bejschowetz / Text: botanikus.de // bejschowetz / Bilder: <https://de.wikipedia.org>

Euer Fachberater