

Gewöhnliche Hasel
***Corylus avellana* (Betulaceae)**
(Benjamin Mörtl)

Die Gewöhnliche Hasel (*Corylus avellana*) kommt als einzige von drei in Europa auftretenden Arten in Deutschland wild vor. Weltweit gibt es 15 Arten der Gattung Hasel, sie gehört zur Familie der Haselgewächse (Corylaceae) oder weiter gefasst zu den Birkengewächsen (Betulaceae). Die Hasel besitzt männliche und weibliche Blütenstände auf derselben Pflanze (monözisch = einhäusig) und wird zu Lasten der Allergiker vom Wind bestäubt. Die Blütezeit der Haselsträucher beginnt meist schon im Januar, in sehr milden Wintern sogar schon im Dezember. Sie setzt noch vor der Blüte des Schneeglöckchens ein und in der Regel mehrere Wochen, bevor die Blätter austreiben. Deshalb zeigt sie im Phänologiekalender die phänologische Phase des Vorfrühlings an. Diese gilt als erreicht, wenn sich die ersten Kätzchen, in denen die männlichen Blüten stehen, vollständig gestreckt haben und ihren gelben Blütenstaub abgeben. Der Beobachter kann dies durch ein einfaches Anschnippen des Kätzchens mit seinem Finger feststellen.



Die weiblichen Blüten blühen meist etwas früher als die männlichen (Protogynie), sie sind weniger auffällig, da sie nur ihre roten Narben zeigen.



Gerade zur besinnlichen Advents- und Weihnachtszeit werden die Früchte der Hasel gerne verzehrt oder als Dekoration verwendet. Bereits in der Steinzeit waren Haselnüsse als haltbare und fettreiche Nahrungsergänzung bekannt. Man nimmt an, dass die Hasel schon früh an Siedlungen ausgesät oder aber eher zufällig aus mitgeführten Vorräten zurückgelassen wurde.

Die rundlichen Früchte der Hasel (*Corylus avellana*) werden im Handel zusammen mit den Nüssen der Lambertshasel (*Corylus maxima*) verkauft, die auch als Lambertsnüsse geläufig sind und meist ein wenig größer sind. Außerdem schmecken die Lambertshaseln etwas süßlicher als die der Gewöhnlichen Hasel. Die Lambertsnuss stammt aus Südosteuropa und Kleinasien und stellt den Großteil der in unseren Regalen angebotenen Haselnüsse. So verwundert es auch nicht, dass der weltweit größte Haselnussproduzent die Türkei ist. Sie deckt 70 % des Weltangebots. Der größte europäische Produzent ist Italien mit mehr als drei Viertel der EU-Produktion. Sicher unterscheiden lassen sich die reifen Nüsse der Gewöhnlichen Hasel und der Lambertsnuss allerdings nicht zumal es auch Hybriden zwischen beiden gibt.

Neben den beiden genannten werden auch die kleineren Nüsse der dritten europäischen Hasel, der Baum-Hasel (= Türkische Hasel, *Corylus colurna*) gegessen. Ihr Areal zieht sich von Südost-Europa bis in den Himalaya.



Nüsse der Gewöhnlichen Hasel am Strauch...



und im Längsschnitt



© Armin Jagel

Haselnüsse der Sorte Barcelona (Herkunft USA), eine Hybride zwischen *Corylus avellana* und *Corylus maxima*



© Annette Höggemeier

Nuss der Baumhasel in der Fruchthülle

Egal ob roh, geröstet oder kandiert: Haselnüsse eignen sich bestens zum Knabbern. Sie können aber ebenso gut zum Veredeln von Gebäck, Salaten, Soßen, Desserts und Pasteten verwendet werden. Doch Achtung vor dem Weihnachtsspeck: eine halbe Tüte Nüsse von 100 g enthält laut der Firma NESTLÉ 647 kcal/2705 kJ!