

Stachelbeeren ('Gelbe Invicta' & 'Rote Spinefree')

Sorten

- **'Gelbe Invicta®'** – gelb-grüne, süß-aromatische Früchte, sehr ertragreich, gilt als mehltaresistent, hat Stacheln
- **'Rote Spinefree®'** – rote, süße Früchte, kaum/keine Stacheln an den Trieben, trägt oft etwas später als andere Sorten
- Beide Sorten aus dem Baldur-Set "Stachelbeer-Sträucher-Set" (je 1 Pflanze), *Ribes uva-crispa*
- Weitere bekannte mehltautolerante Sorten am Markt: 'Pax', 'Xenia', 'Titania', 'Captivator'

Standort & Boden

- Sonnig bis halbschattig; pralle Mittagssonne eher ungünstig, ein luftiger, lichter Standort (z. B. am Rand größerer Gehölze) wird oft empfohlen
- Nährstoffreicher, humoser bis lehmiger, durchlässiger Boden; leicht kalkhaltig wird toleriert
- Gleichmäßig feucht, keine Staunässe
- Flachwurzler – Wurzelbereich beim Hacken/Mulchen vorsichtig behandeln
- Winterhart, mehrjährig

Aussaat & Pflanzung

- Beste Pflanzzeit: Herbst; bei frostfreiem Boden ist auch Frühjahrs-/Sommerpflanzung möglich (regelmäßig wässern)
- Containerpflanzen können außer bei Frost oder Hitze über 30 °C ganzjährig gepflanzt werden
- Pflanzabstand: ca. 100-150 cm zwischen den Sträuchern

- Für Kübelhaltung: mindestens 30–40 cm Topfdurchmesser pro Pflanze, damit keine Nährstoff-/Wasserkonkurrenz entsteht
- Bei ausgelaugtem Boden (z. B. nach Rodung anderer Gehölze) vorher Gründüngung oder Bodenaktivator einbringen

Pflege

- Regelmäßig wässern, besonders in Trockenperioden; Multschicht hält Feuchtigkeit und unterdrückt Unkraut
- Düngung: im zeitigen Frühjahr und ggf. nach der Blüte (Mai) mit Kompost oder Hornspänen, breitflächig verteilt und flach eingearbeitet
- **Rückschnitt:** Winterschnitt vor dem Austrieb (idealerweise Februar/März) oder direkt nach der Ernte; Ziel sind 8–12 luftig stehende Haupttriebe unterschiedlichen Alters
- Alte Triebe (ca. 5 Jahre) bodennah entfernen, Strauch regelmäßig auslichten – das fördert Belüftung, größere Früchte und beugt Mehltau vor
- Überdüngung (v. a. Stickstoff) vermeiden, da weiche Triebe anfälliger für Mehltau und Frost sind

Ernte

- Erntezeit: Juli bis August (je nach Sorte auch ab Mitte Juni)
- Früchte sind leicht zu pflücken und platzfest (laut Sortenbeschreibung)
- Im Pflanzjahr meist schon einzelne Früchte möglich, volle Ernte ab dem Folgejahr

Lagerung

- Frisch im Kühlschrank einige Tage haltbar
- Gut geeignet zum Einfrieren, Einkochen (Kompott, Gelee, Marmelade) oder Verarbeiten zu Kuchen/Obstsalat

Schädlinge & Krankheiten

- **Amerikanischer Stachelbeermehltau (*Sphaerotheca mors-uvae*):** häufigste Krankheit; weißer, mehliger Belag auf Blättern, Trieben und später Früchten, verfärbt sich später bräunlich; befällt auch schwarze Johannisbeere und Jostabeere. Vorbeugend: luftiger Standort, Rückschnitt der Triebspitzen um ca. 1/3 im Winter, befallenes Schnittgut

nicht kompostieren, mehlttauresistente Sorten wählen ('Invicta', 'Captivator' u. a.)

- **Stachelbeerblattwespe (*Nematus ribesii*):** Larven können Sträucher im Frühsommer rasch kahlfressen; Schaden beginnt mit kleinen "Schrotschusslöchern" auf der Blattunterseite; Larven regelmäßig absammeln, Nützlinge fördern
- **Blattfallkrankheit (*Drepanopeziza ribis*):** Pilz überwintert im Falllaub; im Herbst Laub restlos entfernen und nicht kompostieren, Strauch vor der nächsten Saison stark auslichten
- Säulenrost: rote Pusteln auf der Blattunterseite, meist harmlos, befallenes Laub entfernen
- Vorbeugend generell hilfreich: luftiger Pflanzabstand, Sortenvielfalt, guter Bodenzustand

Nährwerte

- **Kalorien/Energie (pro 100 g):** ca. 44 kcal
- **Wassergehalt:** hoch (genauer Wert uneinheitlich, keine verlässliche Einzelangabe gefunden)
- **Kohlenhydrate:** ca. 8–8,5 g
- **davon Zucker:** relativ hoch für eine Beere (ca. 8 %)
- **Eiweiß:** gering (genauer Wert uneinheitlich)
- **Fett:** ca. 0,2 g
- **Ballaststoffe:** vorhanden, genauer Wert je nach Quelle unterschiedlich
- **Vitamine:** Vitamin C (ca. 20–28 mg), Vitamin B1 (vergleichsweise hoch für Beerenobst), Vitamin B2, Vitamin K, Beta-Carotin/Provitamin A, Folsäure (ca. 19 µg)
- **Mineralien:** Kalium (ca. 200 mg), Silizium, weitere Mineralstoffe in geringeren Mengen
- **Sekundäre Pflanzenstoffe:** enthalten, u. a. tragen sie zur besseren Eisenaufnahme durch Vitamin C bei
- **Glykämischer Index:** niedrig bis mittel (keine verlässliche Einzelangabe gefunden)

Hinweise / Notizen

Revision #1

Created 2026-09-13 05:57:38 UTC by dakazanak

Updated 2026-09-13 05:57:38 UTC by dakazanak