

# Schwarzer Holunder

*Sambucus nigra*

1 – 7 m hoher Strauch oder kleiner Baum  
blüht von Mai bis Juni  
Früchte reifen zw. August und September



## Nutzung als Heilpflanze

Hausmittel gegen

- Erkältung
- Nieren- und Blasenleiden
- Stärkung von Herz und Kreislauf

Früchte enthalten reichlich Vitamin C und Vitamin B



## Wert für Tiere

Blüte: - mäßiges Angebot an Pollen.

Früchte: - Nahrung für Vögel und Säugetiere

