



ALLE FOTOS: © ZWANDER

Die Zirbe – Königin der Alpen

Die Zirbe ist eine wahre Überlebenskünstlerin, der selbst eisige Temperaturen nicht viel anhaben können. Sie hat aber noch weit mehr zu bieten, ist sie doch beispielsweise als vielfältiges Möbelholz beliebt und geschätzt und in Form des Zirbenschnapses vielerorts auch eine begehrte Delikatesse.

■ TEXT: MAG. DR. HELMUT ZWANDER

Die Zirbe gehört zur Pflanzengattung der Kiefern (Pinus). Einige Arten, wie z. B. die Wald-Kiefer, sind in Österreich auch unter den Namen „Föhren“ bekannt.

Die Kiefern und ihre heimischen Verwandten wie z. B. die Fichte, die Lärche und die Tanne sind ein Teil der großen Verwandtschaft der Samenpflanzen und sind hier bei der Gruppe der sog. „Koniferen“ eingeordnet. Der Name „Coniferae“ kommt von den lateinischen Begriffen „conus“ für Zapfen und „ferre“ für tragen, bedeutet also „Zapfenträger“. Gemeinsam mit den Palmfarne und dem Ginkgo sind die Koniferen eine der drei

Verwandtschaftsgruppen (Klassen), die man auch als „Nacktsamer“ bezeichnet. Die Gattung Pinus ist mit 93 Arten weltweit verbreitet, wobei der Schwerpunkt des Vorkommens eindeutig auf der nördlichen Halbkugel liegt. In Österreich kommen neben der Zirbe noch vier weitere Kiefern-Arten vor: die weit verbreitete Rot-Föhre oder Wald-Kiefer, die Schwarz-Föhre, die Latsche und die Spirke.

Die Zirbe wird häufig auch als „Zirbelkiefer“ oder Arve bezeichnet. Der Name Zirbe entstand aus dem Wort „zirbel“ für „sich drehen“ und bezieht sich wohl auf die spiralförmige Anordnung der Zapfen-

schuppen. Die Bezeichnung „Arve“ wird in Westösterreich und der Schweiz verwendet – es ist ein sehr alter Name, der auf die vorromanische Zeit zurückgeht und vielleicht mit dem Wort „arf“ für Wurfspieß verwandt ist.

Überlebenskünstlerin im rauen Hochgebirge

In Österreich ist die Zirbe ein Baum des Hochgebirges, wo sie gemeinsam mit der Lärche in den kontinental geprägten Inneralpen die höchste Waldstufe, den sog. „Hochalpinen Lärchen-Zirben-Wald“ bildet. Einzelne Zirbenbäume findet man noch um die 2.500 Meter Meereshöhe. In

diesen rauen und winterkalten Höhenlagen kann dieser Baum nur überleben, weil seine Nadeln Temperaturen bis zu $-40\text{ }^{\circ}\text{C}$ aushalten und bereits bei $-5\text{ }^{\circ}\text{C}$ Lufttemperatur mit der Fotosynthese beginnen können. Es ist schon eine Meisterleistung für eine Pflanze, in diesen Meereshöhen überhaupt zu überleben, wo die Aperaturzeit meist nur mehr zweieinhalb Monate beträgt. Einzelne Zirbenbäume können über 1.000 Jahre alt werden und trotzen dann als „Wetterzirben“ den Unbilden der Natur. Es ist verständlich, dass die Alpenbewohner die Zirbe wegen dieser Lebenskraft als „Königin der Alpen“ bezeichnet haben.

Neben dem Bestand der heimischen alpinen Zirbe existiert in Russland noch ein riesiges und mehrfach größeres Vorkommen der Zirbe. Diese russische Zirbe wird meist als eine Unterart der Zirbe betrachtet und heißt in der Fachsprache Pinus cembra subsp. sibirica oder Sibirische Zirbe.

Ein Holz zum Wohlfühlen!?

In den letzten Jahren hat die Zirbe als Möbelholz enorm an Wertschätzung gewonnen. Der feine, seidenartige Glanz und die rötlich-braun gefärbten Abdrücke der Äste geben dem Zirbenholz ein sehr vornehmes und heimeliges Aussehen. Das feinfaserige Holz lässt sich sehr gut für Schnitzarbeiten verwenden und es lassen sich daraus mannigfaltige Gegenstände herstellen. Holzschalen, Getreidemöhlen, Brotkästen, Duftlampen und diverse Ziergegenstände werden aus Zirbenholz geschnitzt.

Sehr begehrt sind auch Schlafzimmereinrichtungen aus Zirbenholz, die in Fremdenverkehrsprospekten extra angeführt und beworben werden. Der Grund für diese Beliebtheit des Zirbenholzes ist der sog. „Zirbenduft“, der auf den Gehalt von ätherischen Ölen zurückgeht. Diese ätherischen Öle sollen wirksam sein gegen Schlafstörungen, Konzentrationsschwächen und Erschöpfungszustände. Der Zirbenduft in Schlafzimmern soll den Herzrhythmus positiv beeinflussen, indem er die Herzfrequenz erniedrigt, was eine körperliche und mentale Entlastung während der Schlafenszeit bringen kann. Leider gibt es zu diesen Wirkungen keine wirklich gut abgesicherten wissenschaftlichen Studien. Auf Prospekten, die im Umfeld



von Heilkräuter- und Wellness-Veranstaltungen verteilt werden, sind wahre Wunderwirkungen in Hinblick auf den Zirbenduft vermerkt. Viele dieser Aussagen beziehen sich auf eine einzige vom Joanneum Research im Jahr 2003 vorgelegte Studie.

Darin wird hingewiesen, dass in einem Zirbenholzbett eine bessere Schlafqualität und eine bessere Nachterholung möglich ist (<http://www.zirbenduft.at/wohlbefinden.pdf>). Vielfach wird aber dargestellt, dass für die Absicherung dieser Ergebnisse noch weitere Studien notwendig wären.

Wie auch immer, der Zirbenduft wird von den meisten Menschen als sehr angenehm empfunden und es ist leicht nachvollziehbar, dass alleine schon dieser Duft nach alpinen Bergwäldern angenehme Empfindungen weckt, die der Schlafqualität förderlich sind. Nur leider ist es ja so, dass das Zirbenholz nach einer Weile ausgedampft ist und der feine Geruch fast nicht mehr wahrnehmbar ist. Abhilfe schaffen kleine und raffinierte Zirbenölverdampfer, die man im Schlafzimmer aufstellen kann.

Zirbelnüsse & Zirbenschnaps

Abschließend soll noch kurz auf die Verwendung der Zirbenzapfen und auf die Verbreitung der „Zirbelnüsse“ durch den Tannenhäher eingegangen werden. In früheren Zeiten wurden die reifen Samen,



„Der gebietsweise auch als Zirbenhäher bekannte Tannenhäher ist der wichtigste Helfer der Zirbe bei ihrer Verbreitung.“

die als Zirbelnüsse bezeichnet werden, auch in den Alpenländern gerne gegessen. Heute ist dieser Brauch zumindest in den Zentralalpen nicht mehr anzutreffen. Im Verbreitungsgebiet der Sibirischen Zirbe werden die Samen aber noch in großen Mengen gesammelt und gegessen. In Österreich ist neben dem Zirbenholz und dem ätherischen Öl sicherlich der Zirbenschnaps das bekannteste Produkt. Dafür werden aus den unreifen Zapfen und verschiedenen Gewürzen mit einem Ansatzalkohol Auszüge hergestellt. Der harzig-würzig schmeckende Zirbenschnaps ist besonders auf Almhöfen eine begehrte Delikatesse. Viele Liebhaber dieses Zirbenschnapses schwören bei der Herstellung auf ihre besonderen Geheimrezepte!

„Königin der Alpen“ trifft „Gedächtniskönig“

Abseits dieser menschlichen Vorlieben gibt es noch ein Lebewesen, das die Zirbelnüsse außerordentlich schätzt – es ist dies der Tannenhäher, der gebietsweise auch unter dem Namen Zirbenhäher bekannt ist. Dieser Vogel ist der wichtigste Helfer der Zirbe bei ihrer Verbreitung. Im leider vergriffenen Buch „Sonderberichte aus dem Tierreich“ schreibt Lutz H. Dröschner von den unglaublichen mentalen Leistungen des Zirbenhähers. Ein einziger Vogel muss demnach für das Überleben des Winters etwa 100.000 Zirbelnüsse verstecken. Er legt dafür an die 14.000 Verstecke an, in welche er durchschnittlich sieben Nüsse platziert. Der Vogel fliegt dabei vom Zirbenbaum bis zum Versteck oftmals 15 km. Transportiert werden die Nüsse im Kehlsack. Gerne versteckt er die Zirbelnüsse an Stellen, an denen im Winter keine hohen Schneemengen abgelagert werden, dies sind Kanten und Grate, von denen der Wind den Schnee wegweht. Obwohl der Vogel die Zirbelnüsse noch unter einer Schneedecke von 20 cm findet und er bereits gefundene Verstecke kein zweites Mal anfliegt, bleiben genügend Zirbensamen übrig, die der Verjüngung dieses schönen Baumes dienen. So trifft die Zirbe als die „Königin der Alpen“ unter den Bäumen auf einen „Gedächtniskönig“ aus der Vogelwelt. Diese faszinierende Symbiose dient beiden Lebewesen und ist auch ein schönes Beispiel dafür, dass oftmals das Miteinander wesentlich mehr bringt als das Gegeneinander! ■