

## Waschnüsse



Unsere *Sapindus mukorossi* Waschnüsse aus Nord-Indien sind ein wenig größer und besitzen einen höheren Saponin - Anteil als die Waschnüsse aus Süd-Indien.

### Was sind Waschnüsse?

Die Waschnuss, man könnte sie auch Seifennuss nennen, ist die Frucht des Seifenbaumes (*Sapindus mukorossi*), der zur Familie der Seifenbaumgewächse (*Sapindaceae*) gehört und vor allem im Norden Indiens und in Nepal beheimatet ist.

Die Waschnüsse enthalten den Inhaltsstoff [Saponin](#), der von den Pflanzen zum Schutz vor Schädlingen, Pilzen und Bakterien gebildet wird. Neben der starken Reinigungswirkung ist dies ein besonderer Vorteil, da die Waschnuss-Schale ein eigenes natürliches Insektizid enthält. Dies ist für Mensch und Umwelt unschädlich und wird sehr leicht biologisch abgebaut. Der Anteil des [Saponins](#) schwankt wie bei allen Naturprodukten. Die Schale der Waschnuss enthält bis zu 15 % Saponin, wobei die Qualität von der Erntezeit und dem Alter des Baumes bestimmt wird.

### Weitere Daten zur Waschnuss

- Die Waschnuss hat einen Durchmesser von 1,8 bis 2,5 cm
- Farbe: gold- bis mittelbraun, gemasert
- Die Schale enthält etwa 13-15% [Saponin](#) (Bei *t. trifoliatus* und *indicus* nur 8-9 %)
- Der Kern besitzt keine Waschleistung, wird also vor dem Verkauf entfernt
- Die Früchte werden in Indien traditionell zum Waschen von Kleidern und Haaren verwendet, aber auch in der chinesischen und ayurvedischen Medizin.
- Die Schalen können je nach Waschtemperatur und Wasserhärtegrad bis zu drei- oder viermal verwendet werden, danach werden sie kompostiert oder im Bio-Müll entsorgt.

Ähnlich der in unserer Heimat häufig zu findenden Walnuss wachsen zunächst im Frühjahr (März/April) weiße Blüten. Aus diesen entwickeln sich die Waschnüsse, deren Schale das begehrte natürliche Waschmittel enthält.

Nach zehn Jahren trägt der Baum die ersten Früchte, orange klebrige Nüsse, die etwa haselnussgroß sind und von Oktober bis März geerntet werden. Nach dem Trocknen sind die Früchte nicht mehr klebrig. Auch die Farbe der Nüsse verändert sich; sie variiert von rotbraun bis dunkelbraun.



## Wie wirken Waschnüsse?

Die Waschwirkung wird durch den in der Frucht enthaltenen Stoff „Saponin“ erzielt, der sich beim Waschen herauslöst und wie Seife oder Waschmittel wirkt. Saponine sind Stoffe, die in vielen Pflanzen vorkommen und dabei immer mit einfachen Zuckern einen Komplex bilden. Eine andere Pflanze mit sehr hohem Saponin-Gehalt ist z. B. die Süßholzwurzel, deren Saponin „Glyzerizin“ eine 60-fache Süßkraft des Rübenzuckers hat. Es gibt viele verschiedene Saponine mit unterschiedlichen Wirkungen, von denen oft mehrere gleichzeitig in Pflanzen vorkommen. Neben der Süßholzwurzel enthalten auch viele andere essbare Pflanzen sowie einige Heilpflanzen Saponin. Saponine sind bei normalem Gebrauch ungiftig und selbst bei Einnahme über den Mund unbedenklich (darüber hinaus schmecken sie stark bitter). Saponine lösen Fette und Schmutz von Kleidung, Geschirr, Oberflächen etc.

## Herkunft und traditionelle Nutzung der Waschnüsse

Unsere Waschnüsse kommen aus der Himalaya - Region in Nordindien. Dort wachsen sie vornehmlich wild in den Naturwäldern, werden aber auch von den Kleinbauern angepflanzt. Das indische Forstministerium fördert den Anbau des Seifenbaums, indem es Forstbaumschulen anlegt und die Bäume zum Teil kostenlos verteilt. Damit sollen Lücken in den Wäldern geschlossen werden. Viele Bauern pflanzen den Seifenbaum auch in ihre Gärten und an Feldrändern.

Für die lokale Bevölkerung Indiens erfüllt der Seifenbaum viele wichtige Funktionen. Vor allem ist die Sammlung der Waschnüsse eine zusätzliche Einnahmequelle für ländliche Familien, da die Nüsse regelmäßig auf den lokalen Märkten verkauft werden. Da der lokale Markt allerdings begrenzt ist, produziert die Natur wesentlich mehr Waschnüsse, als sich auf dem einheimischen Markt absetzen lassen. Ein Großteil der Waschnüsse bleibt somit ungenutzt. Eine Übernutzung der natürlichen Bestände kann daher ausgeschlossen werden. Im Gegenteil: die Sammlung der Waschnüsse und das damit erzielte Einkommen erhöht den Wert der Wälder für die einheimische Bevölkerung, wodurch die Abholzung für die Gewinnung von Brennholz reduziert werden kann.

Die Früchte werden von der lokalen Bevölkerung gesammelt und getrocknet und dienen traditionell als Waschmittel für Kleider aus Seide und Wolle. Weit verbreitet ist auch die Nutzung der Waschnüsse für die Herstellung von Haarshampoos. Verwendet wird nur der Fruchtkörper (das *Pericarp*) ohne den Kern.

Neben der hauptsächlichen Verwendung als natürliches Waschmittel für Wäsche und Haar werden die Waschnüsse auch als Heilmittel gegen viele verschiedene Leiden genutzt. Kräutersammler, zum Beispiel, tragen oft Waschnüsse bei sich, um sie nach Schlangen- und Skorpionbisse anzuwenden.

## Anwendung

Für die Wäsche werden etwa sechs Nüsse geknackt, der schwarze Kern im Kompost entsorgt und die Schalen in einem Baumwollsäckchen (oder einer alten Socke) zur Wäsche in die Trommel gegeben. Die Waschnüsse können für zwei Waschgänge verwendet werden, der Rest kann dann ebenfalls kompostiert werden. Bei Weißwäsche empfiehlt sich von Zeit zu Zeit auch Bleichmittel, um einen Grauschleier zu verhindern, da Waschnüsse keine optischen Aufheller enthalten. Je nach Wasserhärte empfiehlt es sich, einen Wasserenthärter hinzuzugeben. Da die Waschnüsse auch kein Parfüm enthalten, kann man anstatt Weichspüler ein paar Tropfen ätherisches Öl (Lavendel, Zitrone, Verbena etc.) zugeben, damit die Wäsche nach Wunsch duftet.

Als Duschmittel oder als Shampoo kocht man einige Waschnüsse in Wasser auf und füllt den Sud in eine Flasche.