

Inhalt

Zu dieser Neuauflage.....	5	Töten und Zubereiten.....	72
Verweise auf andere Bände der Buchreihe.....	5	Gefahren	74
1 Vorwort	6	7 Fische	76
2 Ein wenig Ernährungslehre	8	Süßwasserfische.....	81
Wichtige Nährwerte tierischer Lebensmittel..	11	Salzwasserfische	83
3 Insekten, Larven, Würmer, Spinnen ...	12	Fischfang.....	85
Insekten	12	Fischfang mit einer Notangel	86
Käfer	13	Handfang	90
Heuschrecken.....	16	Reusenfang.....	94
Hautflügler und Zweiflügler.....	19	Der Fang mit einem Harpunenspeer	97
Schuppenflügler	21	Angeln mit Ausrüstung	100
Larven und Würmer.....	22	Ausrüstung	100
Larven.....	22	Wurfspulen.....	103
Raupen	23	Knoten.....	104
Maden	25	Grundangeln.....	107
Engerlinge und Engerlingsartige	27	Angeln mit Schwimmer	107
Würmer.....	29	Angeln mit Kunstködern.....	108
Spinnen.....	31	Töten und Zubereiten.....	110
4 Weichtiere	34	Gefahren	113
Muscheln	34	8 Amphibien.....	115
Schnecken.....	38	9 Reptilien.....	119
Wasserschnecken.....	38	Schlangen.....	120
Landlungenschnecken.....	43	Echsen	121
Wegschnecken	44	Schildkröten.....	123
Kopffüßer.....	45	10 Vögel	126
5 Stachelhäuter	53	Wasser- und Laufvögel.....	127
Seesterne	53	Flugvögel.....	129
Seeigel.....	54	Gelege.....	130
Seewalzen	56	Töten und Zubereiten	131
6 Krustentiere	57	Gefahren	139
Kurzschwänze	58	11 Säugetiere.....	140
Langschwänze	62	Ratten und Mäuse.....	142
Kleinkrebse.....	70	Baumhörnchen	145
Asseln.....	70	Kaninchen	146
Bachflohkrebse.....	71	Dachse	148

Töten und Zubereiten	149
Häuten.....	150
Ausnehmen.....	151
Begutachtung der Organe und Erkennen von Krankheiten	152
Gefahren	155
Abwehrverhalten	155
Viren.....	156
Bakterien.....	157
Ektoparasiten	158
Endoparasiten.....	158
Verdorbenes Fleisch.....	159

12 Tot aufgefundene Tiere161

13 Fallen und Behelfe 163

Grab- und Hebelstöcke	163
Grabstock.....	163
Hebelstock.....	164
Jagdkeulen	164
Kleine Jagdkeule.....	164
Große Jagdkeule	165
Harpunenspeer.....	165
Speer	165
Harpunenspitzen	166
Dreizack.....	166
Einzelspitze	166
Aalstecher.....	167
Widerhaken	168
Bogen	169
Schleuder	170

Angelbehelfe	170
Haken	171
Fisch- und Krebsreusen	172
Fallenbau	172
Schlingfallen.....	174
Springschlingen.....	175
Viererauslöser	176
Pajute-Schlagfalle.....	177
Vogelfallen.....	178

14 Zubereiten und Konservieren 182

Grillen.....	182
Kochen.....	183
Dünsten.....	184
Heißräuchern.....	184
Kalträuchern	185
Trocknen und Pökeln.....	186
Äschern	188
Blut	189

15 Epilog 190

Dank.....	191
Supplements	191
Kontakt.....	191
Weiteres zum Themenkomplex.....	191

16 Glossar 192

Zu dieser Neuauflage

Ihnen liegt die vollständig überarbeitete und erweiterte Ausgabe der »Tierischen Notnahrung« vor, die in ihrer ersten Form 2006 erschien und sich in mehreren unterschiedlichen Auflagen zum »Standardwerk« zur tierischen Notnahrung im deutschsprachigen Raum entwickelte. Allerdings konnten in diesem Buch, das außerdem mein »Erstlingswerk« war, viele explizite Beschreibungen und Abbildungen, die wichtig gewesen wären, nicht so veröffentlicht werden, wie es nötig gewesen wäre.

Ich war nach der Erstausgabe einer Menge von Anfeindungen und Angriffen ausgesetzt, die ich vorher so nicht für möglich gehalten hätte. Noch heute erhalte ich Anrufe von irgendwelchen Naturschutzdezernenten, die glauben, in Australien gesammelte und gekochte Muscheln als einheimische geschützte »Anodonta« erkannt zu haben, oder Anzeigen, weil Tiere auf Reisen in Übersee gemeinsam mit Einheimischen ortsüblich gejagt, getötet oder geschlachtet worden sind.

Dies alles hat allerdings meine Ansicht bestätigt, dass das Wissen über tierische Notnahrung in vielen Bevölkerungsteilen, die zwar abgepackte Wurst essen, den Jäger aber »Mörder« nennen, notwendiger ist denn je. Das hier aufgeführte Wissen, die Techniken und Methoden, sind ein Teil unseres gemeinsamen Kulturguts, das hierzulande allerdings schon lange in Vergessenheit geraten oder verdrängt worden ist.

Manche Inhalte sind um neu verfügbares Wissen erweitert, viele Techniken aus verschiedenen Gegenden der Welt zusammengetragen und das eine oder andere optimiert worden. Um notwendiges Wissen besser nachvollziehbar zu machen, habe ich mich außerdem entschieden, Bilder, die für die Erstauflage zu »heftig« waren, in diesem Band als »Step-by-Step«-Anleitung abzubilden. Sie sind für das Verständnis wichtig und ich glaube, dass jemand, der Wurst und Schnitzel isst, auch den Anblick von inneren Organen ertragen kann.

Verweise auf andere Bände der Buchreihe

Mit den folgenden Symbolen wird – jeweils mit Angabe der Kapitelnummer – auf weiterführende Informationen verwiesen, die in den Bänden »Pflanzliche Notnahrung«, »Outdoor Survival mit dem Messer«, »Outdoor- und Survivalmedizin« bzw. »Trinkwasserversorgung in Extremsituationen« zugänglich sind.



Pflanzliche Notnahrung (ISBN 978-3-613-50763-0)



Outdoor Survival mit dem Messer (ISBN 978-3-613-50816-3)



Outdoor- und Survivalmedizin (ISBN 978-3-613-50727-2)



Trinkwasserversorgung in Extremsituationen (ISBN 978-3-613-50784-5)

1 Vorwort

Vor vielen Hunderttausend Jahren, als der Mensch sein Dasein noch in einer frühen Entwicklungsstufe fristete, begann er mit dem Fleischverzehr, lange noch bevor er vom sprichwörtlichen »Baum der Erkenntnis« kosten konnte.

Tatsächlich war der Verzehr von Fleisch und anderen nahrhaften tierischen Nahrungsbestandteilen überhaupt erst die Voraussetzung, um kognitive Fähigkeiten auszubilden, die für uns heute selbstverständlich sind. Aufgrund seines Lebens in warmen Savannen und subtropischen Wäldern, einer Lebensweise, die relativ wenig Wärmeenergie benötigt, stand dem Menschen durch das sprichwörtliche »Ablutschen« von Raubtierbeute, aber auch durch die Verwertung der liegengelassenen Kadaver ein Übermaß an Energie zur Verfügung.

Diese Dekadenz blieb nicht ohne Folgen. Anstatt sich zu fetten Primaten-Tönnchen zu entwickeln, die flusspferdgleich faul und vollgefressen im Schatten liegen, erlaubte der Frühmensch sich einen weiteren Energieverbraucher, besser gesagt -verschwen- der: ein aufgeblasenes, riesiges Gehirn.

Natürlich haben während der Entwicklung zum Menschen auch Pflanzen eine große Rolle in der Ernährung gespielt, aber erst die verbesserte Effizienz (Energie durch die Nahrungspyramide sammeln zu lassen, statt selbst am Waldrand zu äsen) gab den Anstoß zur schnellen Entwicklung.

Erst sehr viel später, vor rund Zehn- bis Zwanzigtausend Jahren wurde letztendlich begonnen, pflanzliche Nahrung zu züchten. Die sogenannte Neolithische Revolution, während der aus einem nomadischen »Jäger und Sammler« der sesshafte »Züchter und Bauer« wurde, ermöglichte erst intensiven Ackerbau, der genügend Nahrung erzeugte – aber viele Monate Vorarbeit an einer bestimmten Stelle erforderte.

Im Notfall und auf Reisen sind wir jedoch nicht diese frühen Bauern, sondern werden bei unserer Ernährung mit genau jenen Problemen konfrontiert, die unsere nomadischen Vorfahren hatten.

Den enormen Energiebedarf des Menschen in unbekanntem Gegenden zu decken ist anspruchsvoll und zeitraubend. Es gibt allerdings auch heute noch Kulturen, die sich auf jene Art von Nahrungsversorgung verlassen und von denen wir einiges über »Jagen und Sammeln« lernen können.

Begonnen hat mein intensives Interesse an Notnahrung, als ich im Australischen Busch auf der Suche nach »Bush Tucker«, der Buschnahrung, war. »Bush Tucker« ist nicht nur ein Überbegriff für allerlei essbare Pflanzenteile wie Früchte, Knollen und Nüsse, sondern auch für tierische Bestandteile wie Würmer, Reptilien und Insekten.

Die Frage stellte sich, warum es für mich nicht überall auf der Welt möglich sein sollte, Nahrung aller Art aus der Natur zu sammeln.

Mir waren mittlerweile einige Bücher in die Hände gefallen, die sich mit Wildpflanzen als Nahrung befassten (mittlerweile habe ich selbst zwei Bücher zu diesem Thema verfasst). Doch ein »tierisches Pendant« zu den Pflanzenbüchern fehlte. Mit dem nun vorliegenden Buch will ich beide Themen verbinden. Es soll zusammen mit den Werken über Pflanzliche Notnahrung dem Wildniswanderer ermöglichen, sich vollständig aus der Natur zu versorgen. Dieses Buch soll Ihnen helfen, auf der Suche nach Essen die größtmögliche Bandbreite an geeigneter Nahrung zu kennen, und Ihnen sagen, wie Sie diese richtig zubereiten. Die Beschreibungen sollen dem in Not Geratenen in gleicher Weise hilfreich im Überlebenskampf sein wie dem Waldläufer, der einige Zeit in und vor allem von der na-



türlichen Umwelt leben will. Um sich ausgiebig zu ernähren, muss man sowohl pflanzliche als auch tierische Nahrungsbestandteile zu sich nehmen.

Dieses Buch ist also nicht nur für den Nahrungsnotfall gedacht, sondern auch als Denkanstoß für Outdoor-Reisende und Überlebenstechniker, die ihren Horizont erweitern möchten. Kein Buch der Welt kann die tierische Notnahrung in all ihrer Fülle beschreiben. Freilich wäre es sehr bequem, einen Katalog zu besitzen, der alle essbaren Tierarten aufzählt. Genau diese Auflistungen sind in vielen Büchern über pflanzliche Notnahrung üblich. Doch das hat einen Grund. Bei unbekanntem Pflanzen gibt es keine äußeren Indikatoren, die anzeigen, ob sie essbar sind oder hoch giftig. Mit einer essbaren Pflanze nahe verwandte Arten können tödlich giftig sein.

Im Gegensatz hierzu sind alle Tierklassen der Welt ähnlich aufgebaut. Sicherlich gibt es exotische Ausnahmen wie Beuteltiere oder eierlegende Säugetiere. Doch grundsätzlich können wir unser Wissen über die einheimischen Arten auf ihre weltweiten Verwandten übertragen.

Dieses Buch erhebt also explizit *nicht* den Anspruch auf Vollständigkeit. Zu jeder behandelten Tiergruppe werden jedoch die

entsprechenden Übertragungsmöglichkeiten betrachtet.

Dieses Werk entstand innerhalb von drei Jahren und wurde nun fast zehn Jahre nach seiner Ersterscheinung neu aufbereitet. Jeden Tag begegne ich neuen Aspekten im Bezug auf Notnahrung, die das Thema erweitern.

Es liegt mir viel daran, dass Sie den Mut finden, Ihr mit diesem Buch neu erworbenes Wissen draußen zu testen, wobei Sie dem Tierschutz immer den gebührenden Respekt zollen müssen. Sie werden Möglichkeiten zum Üben finden, ohne dabei mit dem Gesetz in Konflikt zu geraten oder wilde Tiere verletzen zu müssen. Häufig schlich ich mich zum Beispiel mit einer imaginär in der Hand gehaltenen →Jagdkeule an Tiere an, überraschte sie und dachte, während sie im Unterholz verschwanden oder wegflatterten, »So, dich hätte ich gehabt«.

Sie werden dabei viel Zeit draußen verbringen und von den neu erfahrenen natürlichen Zusammenhängen hoffentlich genauso begeistert sein, wie ich es bin. Es wäre schön, wenn Sie sich die nötige Zeit und Ruhe nähmen, um die Natur genauer zu betrachten. Viel Erfolg und Freude dabei wünscht Ihnen

Ihr Johannes Vogel

2 Ein wenig Ernährungslehre



Um die Notwendigkeit des Sammelns tierischer Nahrung und das Essen von Fleisch zu begründen, machen wir einen kleinen Exkurs in die Ernährungslehre. Während viele Waldläufer schon alleine aus »Einstellungs- und Zunftgründen« tierische Nahrungsbestandteile essen, ist es oft nicht ganz so einfach, den sich bewusst gesund ernährenden Stadtmenschen von den Vorteilen einer Gemischtkosternährung im Wald und im Notfall zu überzeugen.

Wir gehen davon aus, dass ein Notnahrungssuchender im Überlebenskampf Schwerstarbeit leisten muss. Dabei verbrauchen Menschen je nach Geschlecht und Statur zwischen 500 und 800 Kilojoule pro Stunde. Ein Joule ist eine Energiemessung, die einem Newtonmeter, beziehungsweise dem Bewegen von einem Newton um einen Meter (äquivalent: 100 Gramm um einen Meter anheben), entspricht. Mit der Energie von rund 4,2 Joule lässt sich ein Gramm Wasser um ein Grad Celsius erwärmen, was einer Kalorie entspricht.

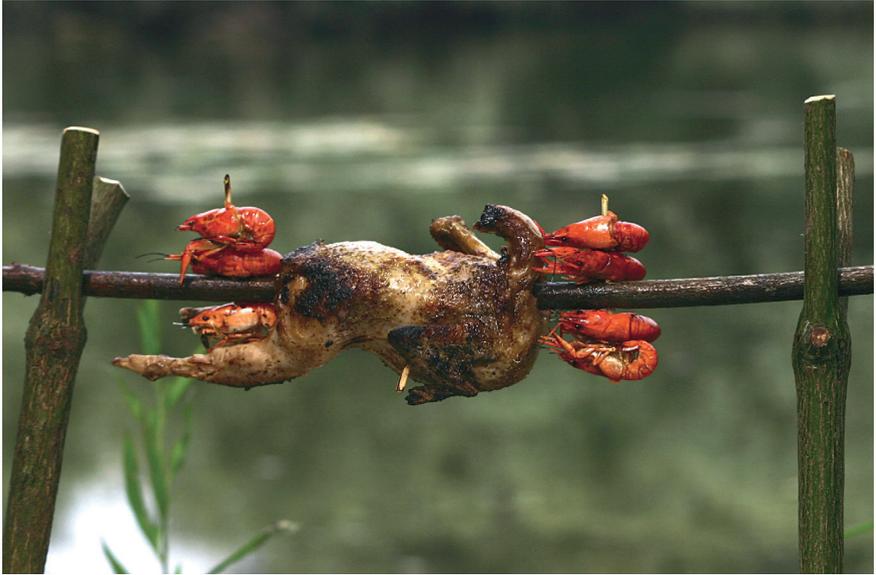
Der Körper hat gewisse Energiepuffer, die einen kurzzeitig höheren Energiebedarf ausgleichen können. Bei dauernder Mangelernährung baut er jedoch nicht nur Fettzellen ab, sondern bevorzugt Muskelzellen. Dies hat zur Folge, dass der Hungernde schwächer wird und nach und nach auszehrt, bis er nicht mehr in der Lage ist, sich selbst mit Nahrung zu versorgen. Möglicherweise ist Ihnen die »letale Dreierregel« bekannt. Da-

nach stirbt ein Mensch nach drei Minuten ohne Luft, drei Tagen ohne Wasser oder drei Wochen ohne Nahrung. Tatsächlich kann ein durchschnittlicher Mensch wochenlang fasten, bis er einen Leistungsabfall bemerkt. Meist befinden sich Fastende jedoch nicht in der kalten Natur, müssen sich keinen Weg zurück in die Zivilisation suchen, werden nicht von Insekten oder Raubtieren angegriffen und werden auch nicht von Feinden verfolgt. Sie gehen einer meist ruhigen Tätigkeit nach.

HINWEIS:

Es wird im Notfall immer schwierig sein, den gesamten Energiebedarf durch Selbstgesammeltes oder Gefangenes zu decken.

Natürlich ist der Mensch durch seine Entwicklungsgeschichte sehr gut für immer wiederkehrende »Hungerzeiten« ausgerüstet. Dieses Schutzsystem erkennen Sie am Jojo-Effekt nach Reduktionsdiäten sowie an Heißhungerattacken nach einseitiger Mangelernährung. Der Organismus baut schnell wieder Reservespeicher auf, die bei der nächsten »Hungersnot« als Bonus dienen sollen. Während des Hungerns verändert sich der Stoffwechsel nach einigen Tagen. Ein Zeichen des Mangels nach dieser Stoffwechsellumstellung – insbesondere, wenn sie nicht regelmäßig durch Fasten »geübt«



Tierische Nahrung hat mehrere Vorteile gegenüber pflanzlichen Bestandteilen: Es gibt praktisch keine Unverträglichkeiten gegen tierische Nahrung (von Allergien abgesehen). Korrekt zubereitet sind unzählbar viele Tiergruppen essbar und nicht zuletzt: Es schmeckt, riecht gut und sieht ansprechend aus.

ist – ist der schnell abfallende Blutzuckerspiegel. Vor allem, wenn schnelle und kraftvolle Arbeiten wie Feuerbohren oder Jagd anfallen, leidet die Ausdauer beträchtlich. Auch wenn Sie beim längeren Fasten morgens mit großer Energie aufwachen, ist die Leistungsfähigkeit innerhalb weniger Stunden wieder im Keller.

Neben den Muskeln und dem Kreislauf ist allerdings noch ein ganz anderes – oft viel wichtigeres – Körpersystem durch Zuckermangel negativ beeinflusst: Nervenzellen, also auch das Hirn, können nur mit Zucker arbeiten. Bei sinkendem Blutzuckerspiegel nimmt nicht nur die Konzentration schnell ab, sondern auch Motivation und Durchhaltevermögen.

Gemeinsam mit einer reduzierten Wärmeerhaltung kann dieser Kreislauf auch nach wenigen Tagen zu »indirektem« Verhungern führen: Sie frieren in der Nacht

ohne Feuer und gute Notunterkunft und verlieren hierdurch viel Energie – das Kälteempfinden steigert sich über die nächsten Tage durch das Fasten. Dabei benötigt der Bau einer anständigen Notunterkunft (K11) einiges an Planung und oft auch schwerer Konstruktionsarbeit – ebenso die Herstellung und Aufrechterhaltung eines Feuers. So kann nach einer sehr kalten Nacht die Handlungsfähigkeit schon so sehr eingeschränkt und geschwächt sein, dass Sie kaum die notwendige »minimale Infrastruktur« korrekt und in kurzer Zeit aufbauen können. Haben Sie nicht die Kraft, eine warme Hütte zu zimmern oder Feuer zu entzünden (K8), folgt in kühlen Regionen unausweichlich der schnelle und stetige Auszehrungs- bzw. Kältetod. Dieser wird in der Statistik als »Unterkühlung« auftauchen, da es sicherlich kein Verhungern war, sondern die Unfähigkeit, den Energiemangel auszugleichen und sich selbst zu helfen.

Vor allem weil das derzeitige Schönheitsideal für viele bedeutet, kein Gramm Fett zu viel auf den Rippen haben zu dürfen (eigentlich ein notwendiger »Schutzpanzer« für das Überleben in der Natur), ist die schnelle und zielführende Ernährung notwendig. Nicht zuletzt hilft die Aussicht auf eine leckere gebratene Ratte am Abend, die Stimmung und damit die Motivation für die harte Arbeit der nächsten Tage deutlich zu heben.

Sollten Sie wirklich einmal in Not geraten, warten Sie also bitte nicht, bis Sie merken, dass Sie Substanz abbauen, sondern kümmern Sie sich rechtzeitig um ihre Ernährung!

Eine Nahrungszufuhr von etwa 12 bis 15 Megajoule, also 12 bis 15 Millionen Joule, pro Tag ist der Bedarf eines Erwachsenen, der einer anstrengenden Tätigkeit nachgeht. Die notwendige Energiemenge, die der Körper benötigt, um nicht auszuzehren, ist oft kaum zu erreichen – und wenn, dann am einfachsten in Form von Fetten.

Grundsätzlich lässt sich Nahrung in fünf wichtige Bestandteile aufgliedern. In Fette, Proteine (EiweiÙe), Kohlenhydrate sowie Vitamine und Mineralstoffe.

Fett hat einen physiologischen Nährwert von 38,9 Kilojoule pro Gramm (kJ/g), Proteine und Kohlenhydrate haben dagegen nur 17,2 kJ/g. Durch tierische Nahrungsbestandteile werden Sie meist nur geringe Mengen von Kohlenhydraten aufnehmen können (in der Leber ist allerdings eine Menge Glycogen enthalten – bei kleinen Tieren sind das dennoch im Vergleich zu einer Speicherwurzel wenig Kohlenhydrate).

Proteine aus der Nahrung werden vom Körper in ihre Untereinheiten, die Aminosäuren, gespalten und teilweise *anabol* in körpereigene Proteine umgesetzt. Wir benötigen diese als Bausteine zur Produktion zum Beispiel von Blutzellen, Muskeln, Haut, Wundverschluss sowie als Enzyme für den Stoffwechsel. Während die meisten Aminosäuren vom Körper selbst hergestellt werden können (wir sagen auch synthetisiert), gibt es acht *essentielle* Aminosäuren,

die vergleichbar mit Vitaminen dem Menschen von außen zugeführt werden müssen. Die Aufnahme von Aminosäuren in der Nahrung wird durch die Menge und das Verhältnis der in den Proteinen vorkommenden essentiellen Aminosäuren eingeschränkt. Je menschenähnlicher also das Protein ist, desto vollständiger kann es der Körper ohne Umsatz von eigenen Proteinen umbauen und verwerten (+ K12).

Genau dies ist die große Schwierigkeit, wenn Tiere nicht verfügbar sind und man auf pflanzliche Nahrung zurückgreifen muss. Es ist in der freien Natur nicht möglich, aus Wildpflanzen die notwendigen Aminosäuren aufzunehmen, vielmehr finden Sie bei diesen praktisch keine nennenswerten Mengen von essbaren Proteinen, da im Pflanzenreich Stickstoff als notwendiges Element für den Proteinaufbau ein absoluter Mangelstoff ist (K3) – völlig anders als bei Tieren.

Auch für den Vitaminhaushalt ist Fleisch im Bezug auf die fast ausschließlich in tierischen Lebensmitteln vorkommenden B-Vitamine, speziell Vitamin B12, sowie die Aufnahme fettlöslicher Vitamine besonders wichtig. Letztendlich nehmen wir mit tierischen Produkten eine Vielzahl wichtiger Mineralien und Spurenelemente wie Kalium, Calcium, Magnesium, -Eisen, Phosphor und Jod (besonders bei Meerestieren) auf. Dagegen findet sich in Tieren kaum Vitamin C.

HINWEIS:

Für eine ausgewogene Ernährung und zum Erhalt der Leistungsfähigkeit sind besonders im Notfall tierische und pflanzliche Bestandteile ähnlich wichtig.

Wichtige Nährwerte tierischer Lebensmittel

Art	Energie in kJ	Protein in Gramm	Fett in Gramm
Wild und Geflügel			
Kaninchenfleisch	490	15,0	6,0
Hase	390	18,0	2,0
Wildgeflügel	555	20,0	6,0
Ente	755	14,0	14,0
Taube	944	16,4	18,0
Gans	890	10,0	20,0
Truthahn	650	20,0	8,0
Gänsefett	3690	0,0	100,0
Hühnerei	570	11,0	10,0
Eianlagen (Dotter)	1460	16,0	32,0
Tierische Nebenprodukte			
Leber	580	20,0	5,0
Knochen*, ausgekocht	250	0,0	6,0
Hirn*	460	10,1	7,6
Speck* (Speicherfett)	2920	9,0	65,0
Fischprodukte			
Aal	810	11,0	18,0
Forelle	220	10,0	1,0
Karpfen	250	9,0	3,0
Hecht	190	10,0	0,4
Fischrogen	580	26,0	3,0
Krebs	120	6,0	7,0
Tintenfisch	398	12,6	1,6
Miesmuschel	40	2,0	0,2
Sonstiges			
Heuschrecke	320	23,0	4,0
Käferlarven	410	20,0	15,0
Froschfleisch	288	16,4	0,3
Schildkrötenfleisch	321	17,5	0,7
Schnecke	27	16,0	1,0
Bienenhonig	1280	0,0	0,0

Ausgewählte Nährwerte: Tierische Nahrung stellt eine wertvolle Energiequelle dar. Je nach Art können die Nährwerte und Bestandteile stark variieren. Hier sind die Nährwerte ausgewählter Nahrungsmittel bezogen auf 100 g Frischware aufgelistet. (*durchschnittliches Säugetier)

3 Insekten, Larven, Würmer, Spinnen



Insekten gehören zu der artenreichsten Tiergruppe überhaupt. Seit Millionen von Jahren sind viele Insektenarten unverändert geblieben oder haben sich ständig weiter perfektioniert. Sie besiedeln fast die gesamte Welt mit Ausnahme der Polkappen von Arktis und Antarktis. Aufgrund des reichen Vorkommens eignen sich Lebewesen aus dieser Gruppe hervorragend als Bestandteil tierischer Nahrung. Insekten und Insektenartige werden in diesem Buch deshalb sehr ausführlich beschrieben. Sicherlich ist in unserer westlichen Kultur kaum eine andere Nahrung so sehr tabuisiert worden wie Insekten und Würmer.

Streng genommen unterscheidet der Biologe zwischen Würmern, Spinnen und Insekten. Wir kategorisieren einfacher, indem wir über alle sogenannten Gliederfüßer sagen: *Tiere mit sechs Beinen sind Insekten*. Zu *segmentartig aufgebauten, wurmartigen Formen ohne Beine* sagen wir schlicht **Würmer**. Genau genommen handelt es sich hierbei meist um den Stamm der Ringelwürmer. Normalerweise gehören Larven und Würmer zu unterschiedlichen Stämmen. Larven müssten zusammen mit Insekten abgehandelt werden, da sie nichts anderes sind, als *die Vorstufe der Insekten im Verlauf ihrer Metamorphose*. In der Verarbeitung und im Fang sind Larven den Würmern jedoch weit ähnlicher als den Insekten, weshalb sie im gleichen Kapitel

beschrieben werden. *Tiere mit acht Beinen ohne Fühler am Kopfteil* klassifizieren wir als **Spinnen**.

Ich möchte in diesem Kapitel weniger Wert auf die genaue Spezifizierung als auf die Betrachtung legen, welche dieser Tiere essbar sind und welche ungenießbar sein können. Der geeignete Entomologe wird sicher besser zu differenzieren wissen und kann trotzdem bestätigen, dass es kaum großer Mühe bedarf, um eine Menge von Insekten zu sammeln. Allerdings sollten Sie sich beim Sammeln im besten Fall auf die zahlreich vorkommenden »Take-away«-Tiere konzentrieren, die man beim Marsch über die Wiese, beim Sammeln von Feuerholz oder während Pausen problemlos unter Holz oder Steinen absammeln kann. Zeitraubende »Jagd« auf Insekten zu machen, lohnt sich außer bei Massenvorkommen selten.

Insekten

Grundsätzlich sind Insekten überall auf der Welt gleich aufgebaut, was uns ein Übertragen unseres Wissens auf Arten anderer Breiten vereinfacht. Insekten besitzen ein festes bis zäh flexibles äußeres Skelett aus Chitin, einer Variation der uns von Pflanzen bekannten Zellulose. Ausgewachsene Insekten sind meist klar erkennbar in drei Segmente eingeteilt: in das Kopfsegment, in Brust oder