

Bärlauch

Allium ursinum
Lauchgewächse
Alliaceae

✿ (IV)V(VI)
Wildgemüse!



BIOLOGIE
ZENTRUM
LINZ
DER OÖ. LANDESMUSEEN

WISSENSWERTES

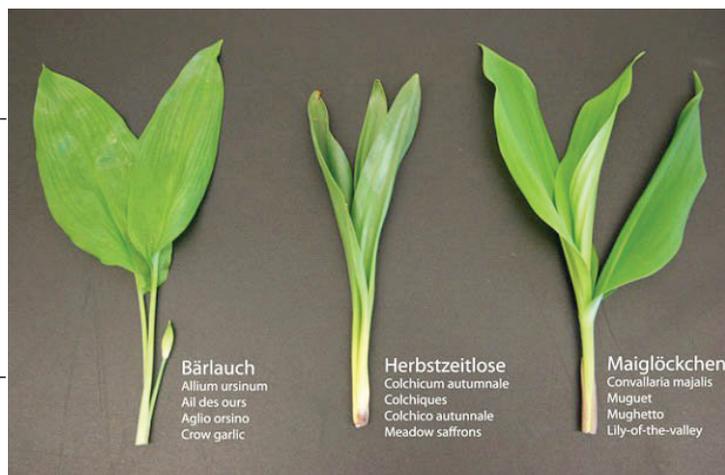
Geheimnisvoll und magisch musste der intensiv duftende Bärlauch auf unsere Vorfahren gewirkt haben. In einer Zeit, in der der Mensch noch stärker auf seinen Geruchssinn angewiesen war und viele unserer heute kultivierten Nutzpflanzen noch nicht verfügbar waren, hatten gerade solche aromatischen Pflanzen eine besondere Anziehungskraft. Da ist es nachvollziehbar, dass den Laucharten magische Kräfte nachgesagt wurden.

Bis heute ist er eines der wenigen Wildkräuter, welche noch immer jedes Frühjahr von uns gesammelt werden. Trotzdem haben wir den Bärlauch weitgehend durch seine Verwandten ersetzt: Küchenzwiebel (*Allium cepa*), Knoblauch (*Allium sativum*), Schnittlauch (*Allium schoenoprasum*) und Porree (*Allium porrum*). Sie alle enthalten den Stoff Alliin in unterschiedlichen Konzentrationen, der die unterschiedliche Geruchsintensität bewirkt. Bärlauch selbst ist eine in fast ganz Europa heimische, ausdauernde, krautige Pflanze. In großen Beständen kommt er in schattigen und feuchten Auwäldern, Laubwäldern und Schluchten mit einer ausgeprägten Humusschicht vor. Er erreicht eine Wuchshöhe von 20-50 cm, Blütezeit ist April bis Mai. Wie viele Frühjahrsblüher

setzt der Bärlauch auf Zwiebeln als Überdauerungsorgane, mit deren Hilfe er schon früh im Jahr Zugriff auf Nährstoffe hat. Die Zwiebel des Bärlauchs ist schlank, länglich und wird nur wenige Zentimeter lang.

Woher der Name Bärlauch kommt, ist nicht restlos geklärt. Es wird erzählt, dass Bären (wissenschaftlicher Name *Ursus*) nach ihrem Winterschlaf als erstes die heilkräftigen Blätter des Bärlauchs zu sich nehmen. Da unser Geruchssinn nicht so ausgeprägt ist, wie der des Bären, sollten wir beim Sammeln allerdings auch auf andere Merkmale als den aromatischen Duft der Blätter achten. Die Gefahr der Verwechslung mit giftigen Pflanzen besteht unter anderem beim Maiglöckchen und der Herbstzeitlose.

Der Name Hexenzwiebel weist darauf hin, dass der Bärlauch wohl schon lange als heilkräftige Pflanze erkannt wurde. Bärlauch hilft der Regeneration der Darmflora, stärkt das Immunsystem und regt den Stoffwechsel an, ideal also für eine Kur gegen Frühjahrsmüdigkeit. Bärlauch soll sogar den Knoblauch in seiner Wirkung als Geheimwaffe gegen Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck, hohem Cholesterinspiegel und Arterienverkalkung übertreffen.



B. Wunder

WEITERE INFOS

http://de.wikipedia.org/wiki/Kleines_Schneeglöckchen

ÖBB
LANDES
MUSEUM

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Steckbriefe von Tieren und Pflanzen aus dem Ökopark](#)

Jahr/Year: 2000-2020

Band/Volume: [004](#)

Autor(en)/Author(s): Than Barbara

Artikel/Article: [Bärlauch \(*Allium ursinum*\) 1](#)