



WIESEN-SAUERAMPFER

Rumex acetosa L.

FAMILIE: Knöterichgewächse (Polygonaceae)

WISSENSWERTES: Mit 200 Arten ist die Gattung *Rumex* über alle Erdteile verbreitet. Der Name "Ampfer" geht auf eine Wortwurzel zurück, die scharf bzw. sauer bedeutet (vgl. schwedisch amper = scharf). Das lateinische Wort "acetosa" bedeutet sauer und deutet auf den hohen Gehalt an Oxalsäure hin. Der Wiesen-Sauerampfer ist aufgrund dieser Säure und deren löslicher Salze schwach giftig. Vor allem soll der Verzehr größerer Mengen vermieden werden, da es beim Menschen unter anderem zu Kalzium-Mangel kommen kann. Bei Kindern sollen schon tödliche Vergiftungen vorgekommen sein. Bei Massenaufreten des Sauerampfers sind auch beim Weidevieh Vergiftungen möglich. Besonders empfindlich sind Schafe.

**VORKOMMEN
IN ÖSTERREICH:** alle Bundesländer

STANDORT: frische Fettwiesen und Fettweiden

BESCHREIBUNG: Der Wiesen-Sauerampfer ist eine ausdauernde, 30-100 cm hohe, meist wintergrüne Halbrosettenpflanze. Sein Stängel ist gestreift und besitzt elliptisch-längliche, am Grunde pfeilförmige Blätter. Die Blüten sind rötlichgrün. Die kleinen, dreikantigen Nussfrüchtchen werden zur Fruchtreife von den vergrößerten, inneren Blütenblättern (Valven) umschlossen.

BLÜTEZEIT: Mai-Juli

VERWENDUNG: Die Blätter eignen sich in kleinen Mengen als Suppengewürz und Spinatbeimischung. Jedoch ist wegen der oben erwähnten Oxalsäure Vorsicht geboten und keinesfalls sollten Nierenkranke, unter Kalzium-Mangel leidende und zu Sodbrennen neigende Menschen Sauerampfer essen.

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: [068](#)

Autor(en)/Author(s):

Artikel/Article: [Wiesen-Sauerampfer Rumex acetosa L. 1](#)