

Gertelbach-Rundweg 3. Mai 2015

Pflanzenliste

- **Wiesenschaumkraut (*Cardamine pratensis*)**
Vor der Blüte als Salatzugabe, schmeckt ein bisschen scharf wegen der enthaltenen Senfölglykosiden.



- **Sauerklee (*Oxalis acetosella*)**
Enthält Oxalsäure, darum säuerlicher Geschmack



- **Sumpfdotterblume (*Caltha palustris*)**
Tipp: Knospen in Salzlake als Kapernersatz
- **Fingerhut (*Digitalis purpurea*)**
Schon 3-4 g Blätter können tödlich sein!



- **Wurmfarn (*Dryopteris filix mas*)**
Wurde früher gegen Würmer eingesetzt.
- **Stechpalme (*Ilex aquifolium*)**
Die Früchte sind giftig, die Pflanze hat sehr hartes Holz.
- **Ruprechtskraut (*Geranium robertianum*)**
Blätter riechen nach Geranien
- **Efeu (*Hedera helix*)**
*Keinen Tee aus den Blättern zubereiten, da giftig!
Blatt auf Hühnerauge legen. In pharmazeutischer Zubereitung gegen Husten.*



- **Alpendost (*Adenostyles alliariae*)**
Nördlichste regionale Verbreitung im Nordschwarzwald



- **Besen-Ginster (*Sarothamnus scoparius*)**
Früher gegen Herzrhythmusstörungen verwendet, heute homöopathisch
- **Veilchen (*Viola odorata*)**
Tipp: Blüten zur Dekoration für Desserts kandieren



- **Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)**
Aus junge Blättern Salat, aus den Blüten Sirup oder Likör bereiten. Tee wirkt auf Leber und Galle (Choleriker)
- **Kriech-Günsel (*Ajuga reptans*)**
Gute Bienennahrung



- **Breitwegerich (*Plantago major*)**
Gegen Blasen und Druckstellen an den Füßen
- **Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*)**
Äußerlich bei Insektenstichen, innerlich gegen Husten wegen der enthaltenen Schleimstoffe.
- **Waldmeister (*Asperula odorata*)**
Cumarin ergibt den typischen Geruch. Für die Bowlezubereitung die Blätter vor der Blütezeit verwenden
- **Milzkraut (*Chrysosplenium alternifolium*)**
In der heutigen Zeit keine pharmazeutische Verwendung für Erkrankungen der Milz.

- **Eisenhutblättriger Hahnenfuß (Ranunculus aconitifolius)**
Seltene Giftpflanze!



- **Rote Lichtnelke (Silene dioica)**
Heute keine pharmazeutische Verwendung mehr



- **Königskerze (Verbascum thapsus)**
Blüten sind als Tee sehr gut gegen Husten

