

Liesel Malm

Mein Wildkräuter- führer

Über 150 Wildpflanzen
erkennen & bestimmen

Bassermann

ISBN 978-3-572-4623-1

1. Auflage

© 2022 by Bassermann Verlag, einem Unternehmen der
Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München

© der Originalausgabe 2014 by Bassermann Inspiration, einem Unternehmen der
Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

Die Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne die Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmung und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen.

Die Informationen in diesem Buch sind von der Autorin und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Projektleitung dieser Ausgabe: Dr. Iris Hahner
Konzeption und Gesamtproducing: Jung Medienpartner GmbH, Limburg/Lahn
Layout: Gabriele Kiesewetter, Beselich
Umschlaggestaltung: Atelier Versen, Bad Aibling
Herstellung: Elke Cramer

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967



Druck und Bindung: PBtisk, a.s., Píbram

Printed in the Czech Republic

Inhalt

Vorwort	8
---------------	---



Knoblauchsrauke	10
Löffelkraut, Echtes	12
Waldmeister	14
Waldrebe, Aufrechte	16
Wegerich, Mittlerer	18



Christrose	20
Bärenklau, Wiesen-	22
Bärwurz	24
Bibernelle, Kleine	26
Eibisch, Echter	28
Engelwurz, Wald-	30
Fieberklee - Bitterklee ..	32
Guter Heinrich	34
Kerbel, Wiesen-	36
Meisterwurz	38
Möhre, Wilde	40
Sanikel	42
Schierling, Gefleckter ...	44
Sellerie, Echter	46
Stechapfel, Gemeiner	48

Steinsame, Echter	50
Süßdolde	52
Walderdbeere	54
Wiesenkümmel	56
Zaunrübe	58
Zaunwinde	60
Zwergholunder	62



Berufkraut,	
Kanadisches	64
Bischofskraut	66
Eberwurz	68
Franzosenkraut,	
Kleinblütiges	70
Franzosenkraut,	
Bewimpertes	70
Gänseblümchen	72
Katzenpfötchen,	
Gewöhnliches	74
Knorpelmöhre, Große	76
Schafgarbe	78





weiße Blüte Symmetrie der Blüten- blätter an zwei Seiten



Augentrost	80
Bockshornklee	82
Muskatellersalbei	84



gelbe Blüte vier Blütenblätter



Barbarakraut	86
Nachtkerze	88
Schöllkraut	90
Senf, Wilder	92



gelbe Blüte fünf Blütenblätter



Bilsenkraut, Schwarzes	94
Enzian, Gelber	96
Fingerkraut, Gänse-	98

Gilbweiderich, Gemeiner	100
Johanniskraut, Echtes ..	102
Königskerze	104
Pastinake	106
Pfennigkraut	108
Portulak	110
Schlüsselblume	112




gelbe Blüte mehr als fünf Blüten- blätter oder Korbblüte



Arnika, Echte	114
Beifuß, Gewöhnlicher	116
Benediktendistel	118
Bocksbart, Wiesen-	120
Eberraute	122
Eisenkraut, Griechisches	124
Fenchel, Wilder	126
Goldrute, Echte	128
Habichtskraut, Kleines	130
Heiligenkraut	132
Jakobs-Kreuzkraut	134
Rainfarn, Gemeiner	136
Ringelblume	138
Scharbockskraut	140
Topinambur	142
Wermut	144





gelbe Blüte 
Symmetrie der Blüten-
blätter an zwei Seiten



Hohlzahn, Gelber 146
 Leinkraut, Echtes 148
 Springkraut, Großes 150



rote Blüte 
vier Blütenblätter



Ackerminze 152
 Poleiminze 154
 Sauerampfer, Groß 156
 Wiesenknopf, Groß 158
 Wiesenraute,
 Akeleiblättrige 160



rote Blüte 
fünf Blütenblätter



Acker-Gauchheil 162
 Baldrian, Echter 164
 Beinwell, Echter 166
 Fetthenne, Große 168

Heidelbeere 170
 Hundszunge, Echte 172
 Knöterich, Vogel- 174
 Knöterich, Wiesen- 176
 Storchschnabel,
 Ruprechts- 178



rote Blüte 
mehr als fünf Blütenblätter
oder Korbblüte



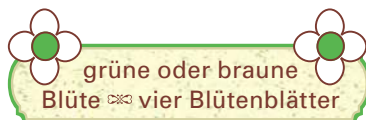
Blutweiderich,
 Gewöhnlicher 180
 Hauswurz, Echte 182



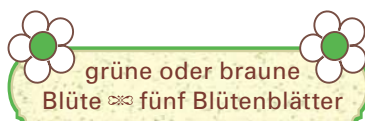
rote Blüte 
Symmetrie der Blüten-
blätter an zwei Seiten



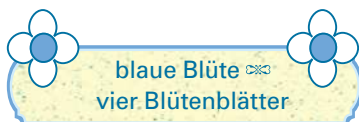
Diptam 184
 Fingerhut, Roter 186
 Gamander, Echter 188
 Geißraute 190
 Hauhechel, Dornige 192
 Hohlzahn,
 Gewöhnlicher 194
 Immenblatt 196
 Quendel 198
 Wiesenklees, Roter 200



Brennnessel	202
Haselwurz, Gewöhnliche	204
Kalmus	206
Melde, Weiße	208
Wegerich, Breit-	210
Wegerich, Floh-	212
Wegerich, Spitz-	214
Wiesenknopf, Kleiner	216



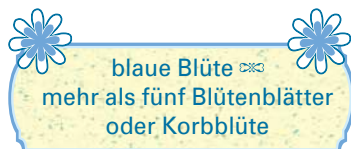
Amarant	218
Tollkirsche	220



Bachbunge	222
Ehrenpreis, Wald-	224
Nachtviole, Gewöhnliche	226
Teufelsabbiss, Gewöhnlicher	228



Immergrün, Kleines	230
Nachtschatten, Bittersüßer	232

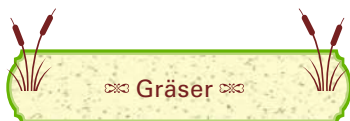


Kornblume	234
Küchenschelle, Gewöhnliche	236
Leberblümchen	238
Schwertlilie	240
Wegwarte, Gemeine	242



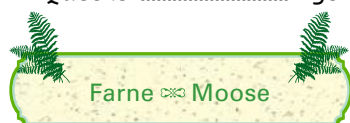
Eisenhut, Blauer	244
Feldrittersporn	246
Luzerne (Alfalfa)	248
Natternkopf.....	250
Stiefmütterchen, Wildes	252
Süßholz	254





Gräser

Quecke 256

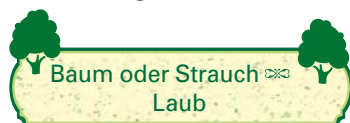


Farne & Moose

Bärlapp 258

Farn, Wurm-, Echter 260

Hirschzunge 262



Baum oder Strauch Laub

Apfelbaum, Kultur- 264

Apfelbaum, Holz- 266

Bärentraube,

Immergrüne 268

Berberitze,

Gewöhnliche 270

Efeu 272

Eiche, Stiel- 274

Faulbaum 276

Feldulme 278

Haselnussstrauch 280

Heckenrose 282

Heidekraut 284

Himbeere 286

Kirschbaum, Wilder 288

Liguster 290

Linde, Sommer- 292

Linde, Winter- 294

Mispelbaum 296

Moosbeere

(Cranberry) 298

Pfaffenhütchen 300

Roskastanie,

Gewöhnliche 302

Sanddorn 304

Schneeball,

Gewöhnlicher 306

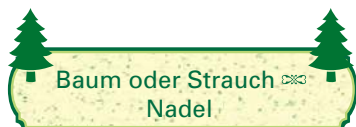
Schwarzdorn 308

Seidelbast,

Gemeiner 310

Waldrebe,

Gewöhnliche 312



Baum oder Strauch Nadel

Fichte, Gemeine 314

Sumpfporst 316

Wacholder 318

Bildnachweis 320



Vorwort

Wer sich für die Natur und ihre Pflanzen und Tiere interessiert, wird immer mit offenen Augen darin spazieren gehen und Dinge entdecken, die er noch nie gesehen hat und auch nicht kennt. Auch mir ergeht es immer wieder so. Manchmal sehe ich Pflanzen und Kräutlein, die auch mir völlig unbekannt sind. Ich versuche dann, diese in einem meiner vielen Bücher zu finden, doch oft werde ich nicht fündig oder aber die Abbildungen und Beschreibungen sind nicht genau genug, um diese Kräuter sicher zu bestimmen. Es gibt ja in der Natur eine Fülle von Pflanzen, die sich sehr ähnlich und für das ungeschulte Auge nicht zu unterscheiden sind.

Mit diesem Buch möchte ich allen interessierten Naturfreunden eine Bestimmungshilfe für Pflanzen und Kräuter an die Hand geben, damit Sie alle – zumindest die in Mitteleuropa häufig vorkommenden – Pflanzen kennen und bestimmen lernen. Doch Vorsicht ist geboten. Oft sind die schönsten und wohlriechenden Pflanzen auch die giftigsten. Dieses Büchlein ist aber auch als Ergänzung zu meinen anderen Büchern, in denen ich über die Anwendung der Pflanzen und Kräuter berichte, gedacht: handlich und bestens geeignet für die Jacken- oder Handtasche, damit Ihnen die Bestimmung der Pflanzen in der Natur leicht fällt. Sehr wichtig zu beachten ist, dass Sie keine Pflanzen aus der Natur mitnehmen, die Sie nicht eindeutig bestimmen können, denn es könnte immer auch ein giftiger „Doppelgänger“ sein.

Sie müssen sich aber nicht grämen, wenn sie Probleme bei der Bestimmung haben, denn fast alle Wildkräuter kann man bei einschlägigen Spezial-Gärtnereien preisgünstig über das Internet bestellen. Natürlich können Sie auch Wildkräuter, die Sie kennen, im eigenen Garten



anpflanzen und haben so immer eine Auswahl ihrer persönlichen Lieblingskräuter zur Hand.

Ich empfehle Ihnen auch, wenn Sie sich wirklich weiterbilden wollen, entsprechende Kurse und Führungen von Kräuterkundigen mitzumachen. So habe ich auch einmal angefangen. Zunächst als Kind bei meiner Großmutter und später auch immer wieder bei anderen fachkundigen Menschen. Auch hierfür liefert Ihnen das Internet eine Fülle von Informationen und Kontakten.



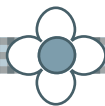
Wenn Sie dann tatsächlich in der Natur fündig geworden sind, so achten Sie bitte darauf, dass Sie keine schadstoffbelasteten oder mit Fäkalien verschmutzten Pflanzen am Straßenrand oder an Viehweiden sammeln. Waschen Sie Ihre gesammelten Kräuter auf jeden Fall vor dem Verzehr mit kaltem Wasser gut ab.

Dieses Buch ist der Einfachheit halber so gegliedert, dass immer die Pflanzen mit den gleichen Blütenfarben beieinander stehen. Also weiße, gelbe, blaue, rote und violette, denn man weiß ja zunächst einmal nicht den Namen eines Krautes, wenn man es nicht kennt, und so muss man nicht jedes Mal das ganze Buch durchblättern.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Suchen und Bestimmen der Wildpflanzen in der Natur und dass Sie allzeit genügend Vorsicht walten lassen.

Ihre Liesel Malm





Knoblauchsrauke

Alliaria petiolata

auch Lauchkraut, Lauchhederich

Die Knoblauchsrauke ist eine einjährige, manchmal auch zweijährige Pflanze, die in fast ganz Europa beheimatet ist. Sie wächst in lichten Laubwäldern, in Gebüschern, an Waldrändern und auf Schuttplätzen und gehört zur Familie der Kreuzblütengewächse. Die Pflanzen versamen sich stark. Die Knoblauchsrauke erreicht eine Höhe von etwa 100 Zentimetern und verströmt bei Verreibung einen starken Knoblauchgeruch. Während der

Blütezeit von April bis Juli erscheinen, traubenartig angeordnet, viele kleine weiße Blüten, die 0,5 bis 1 Zentimeter groß sind. Als Samen entwickeln sich Schoten von einer Länge bis 20 Millimeter, die schwarze Samen enthalten. Die Laubblätter sind herzförmig und an den Rändern gekerbt. Der Stängel ist vierkantig, aufrecht und im unteren Bereich leicht behaart. Die Pfahlwurzel ist fingerdick, weiß und glatt.



20 bis 100 cm



April bis Juli



lichter Schatten



normal bis feucht

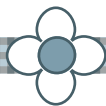
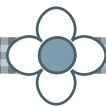


einjährig



Notizen





Löffelkraut, Echtes

Cochlearia officinalis

auch Skorbutkraut, Bitterkresse, Löffelkresse

Das Löffelkraut ist eine kleine krautige Pflanze, die zwei- bis mehrjährig wächst. Es ist in Mitteleuropa an salzhaltigen Stellen von den Küsten über das Binnenland bis hin zu den Alpen zu finden. Man zählt es zur Familie der Kreuzblütengewächse. Das Löffelkraut kann zwischen 20 und 50 Zentimeter hoch werden.

Die unscheinbaren weißen, leicht bläulichen Blüten erscheinen zwischen März und Juni und stehen traubenartig zusammen. Die Blüten sind etwa fünf bis zehn Millimeter groß. Die Laubblätter sind fleischig, glänzen und haben eine herzförmige, löffelartige Form mit gebuchtetem Rand. Der Stängel ist kantig und nicht behaart. Die Samen befinden sich in eiförmigen kleinen Schoten und sind etwa 1,5 Millimeter groß. Der Wurzelstock ist spindelförmig. Die Pflanze ist geschützt.



20 bis 50 cm



März bis Juni



kein Vollschaten



feucht



mehrfährig

Notizen





Waldmeister

Galium odoratum

auch Maiblume, Herzfreund, Leberkraut

Waldmeister gehört zur Familie der Rötgewächse. Er ist eine mehrjährige Pflanze mit kriechendem Wurzelstock und wird bis zu 30 Zentimeter hoch. An den knotigen, aufrechten Stängeln sitzen sechs bis acht quirlige Laubblätter, die etwa drei Zentimeter lang sind.

Aus dem obersten Quirl wachsen lang gestreckte Trugdolden in Weiß. Die Blütezeit beginnt im April und endet im Mai oder Juni. Die Blüten werden bis sechs Milli-

meter groß. Der Waldmeister wächst in ganz Europa, mit Vorliebe in schattigen Mischwäldern. Man findet ihn an Stellen, an denen auch Farn gut gedeiht, also in der Nähe von Wäldern oder an Hecken. Die Früchte des Waldmeisters sind Spaltfrüchte, die sich in trockenem Zustand teilen und zwei klettenartige, runde Teilfrüchte freigeben, die sich an Fell oder Gefieder festhalten können. Außer der Verbreitung durch Samen vermehrt sich der Waldmeister auch durch ein unterirdisches Rhizom.



15 bis 30 cm



April bis Juni



schattig



feucht



mehrfährig



Notizen





Waldrebe, Aufrechte

Clematis recta



leicht giftig!

Die Waldrebe gehört zu den Hahnenfußgewächsen und ist in Mittel- und Südeuropa an Waldrändern und Gebüsch, an Mauern und Felsen in warmen Lagen zu finden. *Clematis recta* klettert nicht. Sie wird zwischen 50 und 150 Zentimeter hoch und blüht bevorzugt zwischen Juni und August in schönen weißen Blütenrispen. Die Aufrechte Waldrebe hat einfache, eiförmige, spitz zulaufende, meist vier Zentimeter lange Laubblätter.



Der Stängel ist nicht holzig. Nach der Blüte bildet die Aufrechte Waldrebe wunderschöne fedrige Fruchstände. Sie besitzt einen knotig walzenartigen Wurzelstock. Die Pflanze ist geschützt.



50 bis 150 cm



Juni bis Aug.



sonnig bis halbschattig



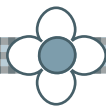
trocken



mehrfährig

Notizen





weiße Blüte ∞ vier Blütenblätter



Wegerich, Mittlerer

Plantago media
auch Wegtritt



Der Mittlere Wegerich wächst am Rande von Wiesen und Wegen auf mäßig trockenen Böden und zählt zur Familie der Wegerichgewächse. Die grundständigen Laubblätter bilden eine Blattrosette. Sie sind oval, spitz zulaufend und mit weißen Härchen besetzt. Aus der Blattrosette wächst ein bis zu 50 Zentimeter langer Stängel. Daran bilden sich die ährenförmigen Blütenstände, die weiß bis hellrosa erscheinen. Auffällig sind die Staubbeutel, die sehr lang aus der Blüte herausragen und ihr ein hellrosafarbenes, strahliges Aussehen verleihen. Die Blütezeit geht von Mai bis September. Als Früchte entstehen Kapseln, die zwei bis vier schwarze Samen enthalten.



20 bis 50 cm



Mai bis Sept.



sonnig



normal feucht



mehrfährig

Notizen





Christrose

Helleborus niger

auch Schwarze Nieswurz, Schneerose



sehr giftig!

Die Christrose ist eine ausdauernde Pflanze, die in Buchen- und Kiefernwäldern, hauptsächlich östlich und südlich der Alpen, heimisch ist. Sie blüht im Winter von Dezember bis Februar und zählt zur Familie der Hahnenfußgewächse. Die Christrose ist mehrjährig. Sie erreicht Wuchshöhen zwischen zehn und 30 Zentimetern. Sie ist eine immergrüne Pflanze mit eiförmigen, dunkelgrünen, ledrigen Laubblättern. Die bis zu zehn Zentimeter große Blüte erscheint weiß mit grünlichem Kelch. Nach der Blüte färben sich die Blütenblätter grün. Der Stängel ist rötlich gefärbt.



10 bis 30 cm



Dez. bis Febr.



halbschattig



feucht



mehrjährig

Notizen







leicht giftig!

Bärenklau, Wiesen-

Heracleum sphondylium
auch Bärenfuß, Bärenatze, Hasenkraut

Der Wiesen-Bärenklau gehört zur Familie der Doldenblütler und ist sehr verbreitet in fetten Wiesen, an Bachufern und in Auwäldern. Er ist eine zweijährige Pflanze und in ganz Europa heimisch. Er kann bis zu zwei Meter hoch wachsen.

Seine Laubblätter erinnern an Bärenatzen, sind gelappt-gefiedert sowie samtig behaart. Der hohle, vierkantige, behaarte Stängel wird bis zwei Zentimeter dick. Während der Blütezeit von Juni bis Oktober stehen

an einer bis zu 30-strahligen flachen Dolde, die keine bis 3 Hüllblätter besitzt, weiß-rötliche, fünfblättrige Blüten, die meist fünf Millimeter breit sind. Manchmal erreichen sie auch eine Breite bis 15 Millimeter. Die ovalen Öfrüchte sind zum Rand hin flach und geflügelt. Diese werden bis zu acht Millimeter lang und fast ebenso breit. Der Wiesen-Bärenklau hat eine kräftige Wurzel, die rübenförmig, weiß-gelb ist.



60 bis 200 cm



Juni bis Okt.



kein Vollschaten



normal feucht



zweijährig

Notizen





Bärwurz

Meum athamanticum
auch Bärenfenchel

In lichten Laubwäldern, in Wiesen, Weiden der Mittelgebirge und Alpen in weiten Teilen Europas ist der Bärwurz zu finden. Er liebt einen sonnigen, auch halbschattigen Standort und wasserdurchlässige Böden. Der Bärwurz ist ein Doldengewächs. Die Staude kann bis 60 Zentimeter hoch werden und bildet buschige Horste, die mit ihren leicht gefiederten Laubblättern an Dill und Fenchel erinnern. Sie duften stark würzig nach Sellerie,

Liebstockel oder Fenchel. An den hohlen Stängeln bildet sich die 15-strahlige Blütendolde, die eine bis zu sechsblättrige Hülle besitzt. Die Dolde besteht aus weißen, sternförmigen, rosa angehauchten Blüten mit fünf Blütenblättern. Die Blütezeit des Bärwurz ist Mai bis Juni. Nach der Blüte entwickeln sich im Herbst die länglichen Samen. Die Wurzel ist braun, innen weiß, fingerdick und oben mit vielen pinselartigen Fasern versehen.



15 bis 60 cm



Mai bis Juni



sonnig



normal feucht



mehrfährig



Notizen

.....

.....

.....

.....





Bibernelle, Kleine

Pimpinella saxifraga

auch Pfefferwurz, Bockwurz, Steinpeterlein

Die Kleine Bibernelle gehört zur Familie der Doldengewächse und ist von krautigem, aufrechtem Wuchs. Man findet sie auf trockenen Böden, Magerrasen und in lichten Wäldern. Sie wird, im Gegensatz zur Großen Bibernelle, nur 20 bis 50 Zentimeter hoch. Die Laubblätter sind gefiedert und eiförmig. Der Blattrand ist grob gesägt. Der Stängel hat wenige Rillen und ist leicht behaart. Die Laubblätter am Stängel sind schmal und wenig gekerbt. In der Blütezeit von Juni bis August erscheinen an acht- bis 15-strahligen Dolden, die keine Hüllblätter besitzen, zahlreiche kleine weiße, manchmal auch schwach rosa Blüten von süßlichem Geruch. Als Frucht bildet die Bibernelle eine Spaltfrucht, die zwei Millimeter lang wird. Die Wurzel ist fingerdick und braun.



20 bis 50 cm



Juni bis Aug.



sonnig



trocken



mehrfährig

Notizen





Eibisch, Echter

Althaea officinalis

auch Heilwurzel, Hustenkraut, Samtpappel

Der Eibisch ist eine mehrjährige Pflanze, die auf salzigen Böden, in feuchten Gräben und Wiesen, in unseren Breiten auch oft als Gartenflüchtling wächst. Der Eibisch zählt zur Familie der Malvengewächse und ist auch in Kräutergärten oft zu finden. Eibisch kann eine Höhe von bis zu zwei Metern erreichen. Er besitzt einen kräftigen Stängel, der leicht verzweigt ist. Seine Laubblätter sind weich behaart, gelappt und ungleichmäßig gezahnt.

In der Blütezeit von Juli bis September erscheinen die hellrosa bis weißen fünfblättrigen Blüten, die traubenartig zusammenstehen. Die Staubblätter und der Stempel sind dunkelviolett gefärbt. Aus der Blüte entstehen kastanienartige Spaltfrüchte. Die Wurzel ist verzweigt und stark schleimhaltig.



60 bis 200 cm



Juli bis Sept.



kein Vollschatten



normal feucht



mehrfährig



Notizen





Engelwurz, Wald-

Angelica sylvestris

auch Angelika, Zahnwurzel, Wilde Brustwurz



Die Wald-Engelwurz zählt zur Familie der Doldenblütler. Sie ist zweijährig und kann bis zu zwei Meter hoch werden. Sie wächst auf feuchten Böden, an Ufern, feuchten Wiesen und Waldrändern. An einem runden, hohlen, gestreiften Stängel stehen die großen gefiederten Laubblätter, die eiförmig und spitz zulaufend sind. Von Juli bis August wachsen die strahlig angeordneten Blütendolden, die schirmförmig aussehen und aus bis zu 40 Einzelblüten bestehen. Die Einzelblüte ist weiß bis grünlich. Nach der Blütezeit bildet sich eine eiförmige Spaltfrucht.



1,50 bis 2 m



Juli bis Aug.



halbschattig



normal feucht



zweijährig

Notizen





Fieberklee - Bitterklee

Menyanthes trifoliata
auch Butterklee, Dreiblatt, Sumpfklee



Der Fieberklee gehört zur Familie der Fieberklee-
gewächse. Er zählt zu den Sumpf- und Was-
serpflanzen. Die Wuchshöhe liegt zwischen
zehn und 30 Zentimetern. Seine langen Arme
liegen auf dem Wasser und die weißen, zart-
rosa überhauchten Blütenrispen wachsen auf
kahlen, fleischigen Stielen kerzengerade nach
oben. Die Blüte erscheint zwischen April und
Juni. Die Blüten sind traubenartig angeordnet
und haben einen Durchmesser von ungefähr 1,5 Zentime-
tern. Die Kronblätter sind von kräftigen langen Frans-
haaren bedeckt. Aus den Blüten entwickeln sich eiförmige
Kapseln, die mehrere glatte braune Samen enthalten. Seine Laubblätter
sind kahl, ganzrandig und anfangs rosafarben. Der Stängel ist hohl. Die
Wurzel ist fingerdick, kriechend, außen bräunlich. Im Inneren eher weiß
und schwammartig.



10 bis 30 cm



April bis Juni



sonnig bis halbschattig



feucht



mehrfährig

Notizen