

Jungschi Lüchtturm

Natur Basics Lernmaterial

Wetter:

8.3 Diverses zum Wetter

Schönwetter-Zeichen

Wind

- Tagwind hangaufwärts
- Nachtwind hangabwärts
- Ostwind
- Rauch steigt senkrecht

Himmel / Sicht

- Abendrot
- Untergehende Sonne gelb, milchig, unscharf
- Schlechte Fernsicht
- Grauer Morgenhimmel
- Klare Nacht
- Flimmernde Luft
- Kondensstreifen von Flugzeugen nicht oder nur kurz sichtbar

Luftdruck

- Langsamer Anstieg bedeutet stabile Lage
- Schneller Anstieg bedeutet nur vorübergehende Wetterbesserung

Temperatur / Feuchtigkeit

- Reif oder Tau am Morgen (nach kalter Nacht)
- Fallender Morgennebel
- Heisse Tage, kühle Nächte

Natur & Tier

- Tannzapfen öffnen sich
- Grillen zirpen
- Frösche quaken am Abend
- Hoch fliegende Schwalben
- Spinnen weben ihr Netz

8

Schlechtwetter-Zeichen

Wind

- Kein Hangwind am Tag
- Nachtwind hangaufwärts
- West- bis Südwestwind
- Rauch wird niedergedrückt
- Schnelle Änderung von Windstärke und -richtung bedeutet: Wetter unbeständig.
- Unterschiedliche Windrichtungen in verschiedenen Höhen

Himmel / Sicht

- Morgenrot
- Untergehende Sonne rot, klar, scharf
- Gute, klare Fernsicht
- Sichtverminderung in den Bergen
- Mond hat einen Hof
- Kondensstreifen von Flugzeugen gut und lange sichtbar

Luftdruck

- Schneller Druckfall (meist mit Wind)
- Barometer fällt (Höhenmesser steigt)

Temperatur / Feuchtigkeit

- Keine Abkühlung während der Nacht
- Steigender Morgennebel

Natur & Tier

- Viele Wurmhäufchen
- Frösche quaken am Mittag
- Tief fliegende Schwalben
- Fische springen
- Katzen „waschen“ sich
- Schnecken unterwegs



Blitz und Donner

Zweck: Entfernung des Gewitters schätzen.
Zähle nach dem Blitz die Sekunden, bis du den Donner hörst. Rechne die Anzahl Sekunden durch 3. Das Ergebnis gibt dir die Entfernung des Gewitters in Kilometer an.

5

Der Schall legt 330 m/s zurück, daher gilt:
Zeit in Sekunden : 3 = Distanz in Kilometer
Zeit in Sekunden x 330 = Distanz in Meter



Fingermethode

Zweck: Zeit bis Sonnenuntergang schätzen.
▲ Der Blick in die Sonne schadet den Augen. Diese Schätzmethode nur ganz kurz und bei tiefstehender Sonne anwenden!

Strecke den Arm aus und schliesse ein Auge. Jeder Finger, den du zwischen Horizont und Sonne schieben kannst, gibt ca. 15 Minuten bis Sonnenuntergang (z.B. 2 Finger ergeben ca. 30 Minuten).

Blitze



Ausgangslage

Im Sommer können sich im Gebirge innert kürzester Zeit Gewitter bilden. Dadurch entsteht die Gefahr von Blitzschlägen.

8

Schutz suchen

- In Gebäuden, Mulden, Wald, Auto
- Im Freien in Kauerstellung gehen

Meiden

- Grate, Gipfel, überragende Gegenstände
- Einzelne Bäume, Waldrand, Zäune
- Gegenstände aus Metall (Türme)
- Schwimmbäder, Gewässer und Uferregionen
- Nicht Anlehnen an Felsen, Strommasten oder Aussenwänden von Gebäuden

Bäume:



Rottanne / Fichte

Merkmal

Kurze, harte, spitze, vierkantige Nadeln um den Zweig. Zapfen hängend und als Ganzes abfallend. Bis 50 m hoch.

Holz

Holz weich, gut entflammbar, brennt kurz.

Besonderheit

Das „Tannenchris“ lässt sich auch im Regen und bei Schnee entzünden (starke Rauchentwicklung).

7



Weisstanne

Merkmal

Nadeln dunkelgrün, flach, zweireihig und mit weissen Streifen auf der Unterseite. Zapfen stehend und zerfallen am Baum. Bis 40 m hoch.

Holz

Holz weiss, dauerhaft,

leicht, gut entflammbar, brennt nicht heiss.

Besonderheit

Baumart selten, nicht beschädigen!



Rotbuche

Merkmal

Silbergrauer Stamm, die Blätter sind ganzrandig und glatt. Bis 35 m hoch.

Holz

Das Holz ist hart und zäh. Es brennt leicht, lange und bildet eine gute, heisse Glut.

Besonderheit

Nüsslein sind essbar (fettreich), in grösseren Mengen jedoch ungesund.

7



Bergahorn

Merkmal

Rinde fein, Blätter laufen in 5 lange Spitzen aus. Bis 30 m hoch.

Holz

Das Holz ist hart, glatt, gut entflammbar, brennt gut. Hohe Heizkraft und bildet eine gute Glut.

Besonderheit

Getrocknete Blätter sind geeignet zum Basteln.

Inhaltsstoffe: u. a. ätherisches Öl. In den Triebspitzen auch Vitamin C und Zucker; in den Zapfen ölhaltige Samen

Verwechslungsgefahr: Ist der Baum jünger, kann es zur Verwechslung mit der seltener vorkommenden hochgiftigen Eibe (*Taxus baccata*) kommen.

	Gemeine Fichte	Eibe (giftig)
		► S. 164
Nadeln	steif und stechend einfarbig aromatisch riechend, wenn man diese knickt	weich und nicht spitz zulaufend Oberseite glänzend grün Unterseite hellgrün Nadeln brechen beim Biegen sofort
Vorkommen	häufig	eher selten
Stamm	rötlich, oft relativ gleichmässig mit abgestorbenen Ästen (Reisig)	rötlich, mit Schuppen: fast alle Äste sind benadelt
Zapfen	holzige Fichtenzapfen	weiche kleine Zapfen, Samenmantel wechselt zur roten Eiben(schein)frucht

► Tabelle 4: Übersicht der Erkennungsmerkmale der Gemeinen Fichte zur Verminderung von Verwechslungen

Flügel- oder Staudenknöterich, Japanischer

(*Fallopia japonica*)

Der Japanische Flügel- oder Staudenknöterich ist eine Pflanze, die sich stark verbreitet. Kleinste Teile der Wurzel genügen, um einen neuen Bestand zu bilden. Die Wurzel breitet sich meterweit unter der Erde aus. Das Wachstum der unterirdischen Pflanzenteile geschieht sehr rasch.

Die Pflanze ist äußerst frostempfindlich und stirbt bei Kälte oberirdisch schnell ab.

Recht und Blauschwarz, M... Staudenknöterich



Im Uhrzeigersinn: Fichtenzapfen, hängende Äste, Fichtenstamm, gesamt

nutzt werden. Baumharz der Fichte ist ein universeller Kleb- und Dichtstoff. Das Holz eignet sich zum Bohren von Feuer sowie als Zundermaterial. Medizinisch wirkt die Fichte durch ihre ätherischen Öle z. B. im Fichtennadeltee bei Atemwegserkrankungen wie z. B. Bronchitis oder Husten.

Eichenholz ist auch ein hervorragendes Brennholz. Aus dem Auszug, der aus der Rinde gewonnen werden kann, kann ein Mittel mit arzneilicher Wirkung hergestellt werden, das zum Beispiel gut bei entzündlichen Hauterkrankungen (Neurodermitis, Ekzemen), aber auch bei Schleimhautentzündungen im Genital- und Analbereich (Scheidenentzündung, Hämorrhoiden) und bei Durchfall wirksam ist.

Inhaltsstoffe: u. a. in der Rinde Triterpene, Gerbstoffe und Flavonoide

Verwechslungsgefahr: –

Fichte, Gemeine (*Picea abies*)

Die Gemeine Fichte ist auch unter dem Namen Rottanne bekannt. Sie ist einer der am vielseitigsten verwertbaren Bäume für den Survival- und Bushcraft-Zweck. Als schnell wachsender Baum wurde die Fichte in der Vergangenheit in Deutschland in etlichen landschaftsverschandelnden Monokulturen gepflanzt. Da die Fichte nur wenig Licht durch ihre Kronen lässt und aufgrund der abfallenden Nadeln, die das Erdreich versäuern und jahrelang auf dem Boden liegen, findet man an Stellen, an denen Fichten wachsen, meistens nur wenige oder gar keine weiteren Pflanzen. Größere Ansammlungen von Fichten bieten sich durch ihre dichte Krone häufig als guter Sicht- und Wetterschutz an.

Standorte: niedere Lagen, Gebirge bis 1800 m

Merkmale

- bis zu 50 m hoch
- in tiefen Regionen braun-rötlicher Stamm, in höheren Lagen grau-silbrig
- stechende Nadeln, die nach vorne hin spitz zulaufen
- oft in den ersten zwei Dritteln des Stammes abgestorbene Äste (Reisig), Krone grün
- hängende Äste

Essbarkeit: Junge Triebspitzen und Samen der Zapfen sind zum Verzehr geeignet.

Verwendung: 🍷, ✂, +

Kurzcharakteristik: Junge Triebe und Samen aus den Zapfen der Fichte sind essbar, die Nadeln können zur Teezubereitung ge-

Kräuter&Pflanzen:

7.4 Kräuter & Sträucher

Hinweise im Umgang mit Kräutern

- Verwende nur Kräuter, welche du auch sicher erkennst.
- Pflücke nur wenige am selben Ort und nur so viele, wie du wirklich brauchst.
- Vermeide Pflanzen von Orten, wo Hunde „Gassi“ gehen, wie z.B. an Strassenrändern.
- Bevor du eine Pflanze verwendest, wasche sie gründlich unter fließendem Wasser.



Bärlauch

Merkmal
Elliptische, lanzenförmige Blätter, weisse Blüten und Knoblauchgeruch.

Vorkommen
Schattige, feuchte Wälder

Anwendung
Junge Blätter als Salat (gegen Magenverstim-
mung und Blähungen). Als Gewürz im Kartoffelsalat
und als Alternative zu Knoblauch. Erntezeit: Mai, Juni.

⚠ Nur Blätter pflücken, welche nach Bärlauch rie-
chen (Verwechslungsgefahr mit giftigem Maiglöck-
chen oder Herbstzeitlose!).



Löwenzahn

Merkmal
Gelbe Blüten, hohler
Stängel, typische Blatt-
form, milchiger Saft
(⚠ leicht giftig)

Vorkommen
Nährstoffreiche Wiesen

Anwendung
Junge Löwenzahnblätter

als Salat oder Spinat. Erntezeit: Frühjahr bis Herbst.
Löwenzahnwurzeln mit Zwiebeln dünsten und als
Gemüse verwenden.



Brennnessel

Merkmal
⚠ Blattoberseite und
Stängel mit Brennhaaren,
bei Berührung (leicht)
brennender Schmerz

Vorkommen
Wälder, Wiesen; an nähr-
stoffreichen Stellen

Anwendung

Junge Blätter als Salat oder Spinat (kurz mit kochen-
dem Wasser übergießen). Blätter für Tee. Erntezeit:
Mai bis Juli.



► Brennnesselstängel mit Brenn-
haaren, Samen

Brennnessel, Große (*Urtica dioica*)

Häufig als Unkraut verschrien, ist die Brennnessel nichtsdesto-
weniger eine hochwertige Nahrungspflanze, die zudem für Sur-
vival- und Bushcraftzwecke äußerst wertvoll ist. Sie ist einfach zu
identifizieren und kann nicht mit giftigen Pflanzen verwechselt
werden. Die Brennnessel ist wehrhaft – sie hat die Besonderheit,
dass ihre Brennhaare bei Berührung abbrechen; das injizierte
Histamin verursacht Schwellungen und teilweise starke Schmer-



► Brennnessel: Gesamtpflanze, Brennnesselblatt

zen auf der Haut. Weniger robuste Gemüter sollten die Brenn-
nessel deshalb mit Handschuhen pflücken oder diese mit einem
Stück Textil zum Schutz der Hände anfassen. Manche Brennnes-
selarten, die im Ausland vorkommen, können bei Berührung
teilweise lebensbedrohliche Konsequenzen für Mensch und Tier
haben.

Standorte: Auwälder, Waldränder, Bachufer, Siedlungsnähe
oder an Wegrändern im Wald

Merkmale

- bis zu 280 cm hoch
- Brennhaare an Stängeln und Blättern (oben und unten)
- kantiger Stängel
- gegenstehende Blätter

Essbarkeit: alle Pflanzenteile

Verwendung: 🍷, 🍵, 🍷

Kurzcharakteristik: Aufgrund ihres Vitaminreichtums, ihrer
Mineralstoffe und fetten Öle (in den Samen) ist die Brennnessel
eine wichtige Nahrungsquelle. Sie eignet sich wegen der Bastfa-
sern außerdem zum Fertigen von belastbaren Schnüren und Sei-
len. Auch die Brennnessel besitzt Heilwirkungen; sie wirkt zum
Beispiel harntreibend und durchblutungsfördernd und hat eine
positive Wirkung auf Leber und Galle.

Inhaltsstoffe: u. a. Vitamin C, Vitamin A, Eisen, Kalium, Ma-
gnesium

Verwechslungsgefahr: Es besteht Verwechslungsgefahr mit
den ungiftigen Taubnesseln oder dem ungiftigen Waldziest
(► S. 123).

auch roh verwertet werden. Lindenholz ist ein gutes Schnitzholz und damit für den Survivaler/Bushcrafter von hoher Bedeutung. Lindenbast kann zum Flechten von Matten, Bekleidung usw. genutzt werden. Lindenblüten und die Rinde des Baums enthalten medizinische Wirkstoffe, die bei grippalen Infekten hilfreich sind.

Inhaltsstoffe: u. a. ätherisches Öl, Gerbstoffe, Schleimstoffe
Verwechslungsgefahr: –

Löwenzahn, Gewöhnlicher (*Taraxacum officinale*)

Im Schwarzwald heißt die Pflanze wegen ihrer harntreibenden Wirkung bezeichnenderweise „Betseicher“. Vom Löwenzahn können entgegen der landläufigen Meinung alle Pflanzenteile gegessen werden. Die Blätter schmecken bitter, enthalten aber Mineralstoffe und Vitamine. Auch der weiße Saft im Stängel ist nicht giftig! Die Wurzel des Löwenzahns speichert große Mengen Inulin, das eine gesunde Darmflora fördert.

Standorte: Brachflächen, Wiesen, Äcker



► Löwenzahn: Blatt, Löwenzahn gesamt, Blüte (im Uhrzeigersinn)

Merkmale

- bis zu 30 cm hoch
- alle Pflanzenteile enthalten weißen Milchsaf
- grob gezahnte Blätter, bis 50 cm lang
- runder Stängel
- gelbe Blüten

Essbarkeit: Alle Pflanzenteile sind zum Verzehr geeignet.

Verwendung: ☉, ✨, ✨

Kurzcharakteristik: Blüten, Blätter, Wurzel und Stängel des Löwenzahns können als Nahrungsquelle genutzt werden. Aus der gerösteten Wurzel lässt sich ein Ersatzkaffeepulver herstellen, wenn man diese zermahlt und auf einem Stein röstet. Die Schirmchen der Pflanze eignen sich als Anzündmaterial zum Entfachen eines Feuers. Löwenzahn verfügt über medizinisch relevante Eigenschaften (wirkt u. a. krampflösend), Löwenzahntee wirkt leicht abführend.

Inhaltsstoffe: u. a. Zucker, Kalium, Bitterstoffe, Vitamin C

Verwechslungsgefahr: Es besteht Verwechslungsgefahr mit anderen, für unsere Zwecke nicht nützlichen Löwenzahnarten wie Milchkraut oder Schaflöwenzahn (*Leontodon* spp.).

Mädesüß, Echtes (*Filipendula ulmaria*)

Mädesüß ist auch unter dem Namen Spierstaude bekannt. Aus der Pflanze wurde 1838 erstmalig Salicylsäure isoliert, die unter anderem als Entzündungshemmer und antiseptisches Mittel bekannt ist (wirkt z. B. gegen Kopf- oder Halsschmerzen). Ein Abkömmling der Salicylsäure ist die Acetylsalicylsäure (Aspirin); das wohl bekannteste Medikament der Welt. Acetylsalicylsäure wurde erstmals 1897 in Deutschland von Felix Hoffmann und einem Team von Wissenschaftlern als Pulver und in weiterer Folge als Tablette entwickelt.

Die Pflanze, die auch eine Zeigerpflanze für feuchte und nasse Böden ist, fällt vor allem dann ins Auge, wenn sie blüht. Die Blütezeit reicht in Deutschland von Juni bis Juli, in Mitteleuropa von Juni bis August. Die Blüten verströmen insbesondere in den Abendstunden einen intensiven honig- bis mandelartigen Geruch. Die Pflanze fällt vor allem dann auf, wenn sie blüht.

Ende.

Birke (*Betula pendula*)

Birken sind Pionierbäume, die nach Sturmschäden in den Wäldern auf vielerlei mageren Böden gedeihen. Die Birke stellt keine großen Ansprüche an ihren Standort. Kein Baum fällt wegen der Borke so ins Auge wie die Birke. Bei jungen Bäumen ist diese zu einem großen Teil weiß und schützt den Baum bei zu hoher Lichteinstrahlung vor Erhitzung. Birken können für viele Zwecke verwendet werden.

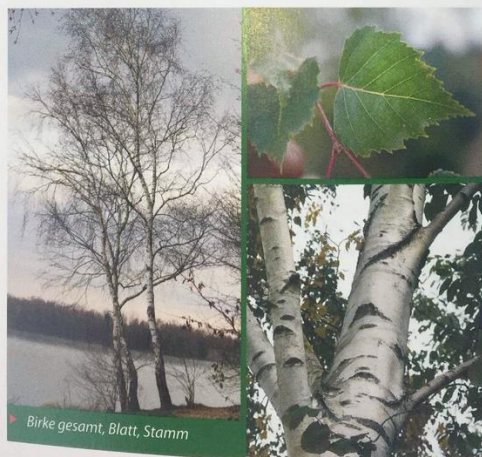
Standorte: lichte Laub- und Nadelwälder, Moore

Merkmale

- bis 30 m hoch
- weiße Borke
- dreiecksförmige Blätter

Essbarkeit: Die Blätter können verzehrt, der Saft kann ohne Aufbereitung direkt getrunken werden.

Verwendung: ☉, ✂, 🍵



► Birke gesamt, Blatt, Stamm

**Birke****Merkmal**

Rinde weiss und glatt, im Alter schwarz gefurcht. Blätter dreieckig und klein. Bis 20 m hoch.

Holz

Sehr gut entflammbar, auch grün brennbar. Zähne Ruten.

Besonderheit

Mit den Blättern kann hellgelb, mit der Rinde goldgelb gefärbt werden. Junge Blätter für Tee.

Eiche / Stieleiche (*Quercus robur*)

Stieleichen sind auch bekannt unter dem Namen Deutsche Eiche. Sie ist die in Mitteleuropa verbreitetste Eichenart, die sehr alt werden kann. Mehrere hundert Jahre Alter sind für die Eiche keine Seltenheit. An manchen Orten findet man diese mit einem Stammdurchmesser von sagenhaften fünf Metern. Die stärksten Eichen sind die charakteristischen Früchte der Eiche. Wo es Buchen zu trocken ist, behaupten sich die Eichen.



► Eiche gesamt im Sommer, Eiche gesamt im Winter

**Eiche****Merkmal**

Typisch gelapptes Blatt, Stamm knorrig, Rinde rau. Bis 40 m hoch.

Holz

Holz sehr hart und fault nicht. Schwer entzündbar, brennt lange und bildet eine gute Glut.

Besonderheit

Rinde zum braun Färben; die Eicheln geröstet und gemahlen als Mehl- oder Kaffeeersatz verwenden.

Eiche / Stieleiche (*Quercus robur*)

Stieleichen sind auch bekannt unter dem Namen Deutsche Eiche. Sie ist die in Mitteleuropa verbreitetste Eichenart, die sehr alt werden kann. Mehrere hundert Jahre Alter sind für die Eiche keine Seltenheit. An manchen Orten findet man diese mit einem Stammdurchmesser von sagenhaften fünf Metern. Die stärkehaltigen Eicheln sind die charakteristischen Früchte der Eiche. Wo es Buchen zu trocken ist, behaupten sich die Eichen.



▶ Eiche gesamt im Sommer, Eiche gesamt im Winter

Kiefer / Waldkiefer (*Pinus sylvestris*)

Dieser, was den Boden betrifft, anspruchslose Baum wächst sogar auf sandigen Böden oder in einer Felsritze. Man erkennt die Kiefer an ihren Nadeln, denn kein anderer Baum der Heimat hat so lange Nadeln, die immer paarweise am Zweig wachsen. Auch die knorrige Form der meisten Kiefern fällt schon von weitem ins Auge. In den vergangenen Jahrhunderten war die Kiefer ein wichtiger Lieferant von Kienspan, der, angezündet, unter anderem als Kerzenersatz für die armen Leute diente.

Standorte: trockene, sandige Böden, moorige Standorte

Merkmale

- bis zu 45 m hoch
- lange Nadeln, die immer als „Zweierpack“ wachsen
- unregelmäßige, schuppige Borke mit rötlichem Farbstich

Essbarkeit: Die Triebspitzen im Frühjahr und die Zapfensamen sind essbar.

Verwendung: 🍷, ✂, +

Kurzcharakteristik: Die Triebspitzen im Frühjahr und die Zapfensamen sind essbar.



▶ Kiefer gesamt



▶ Doppelte Kiefernadeln, Stamm einer Kiefer

Die Samen spenden wertvolle Energie. Kiefern liefern wichtigen Kienspan und Harz zum Entfachen eines Feuers. Die Nadeln können in einem Tee aufgebrüht werden und entfalten ihre medizinische Wirkung vor allem bei Husten und Bronchitis.

Inhaltsstoffe: u. a. ätherisches Öl, Bitterstoffe, Harz, Vitamin C

Verwechslungsgefahr: –

Kiefer / Waldkiefer (*Pinus sylvestris*)

Dieser, was den Boden betrifft, anspruchslose Baum wächst sogar auf sandigen Böden oder in einer Felsritze. Man erkennt die Kiefer an ihren Nadeln, denn kein anderer Baum der Heimat hat so lange Nadeln, die immer paarweise am Zweig wachsen. Auch die knorrige Form der meisten Kiefern fällt schon von weitem ins Auge. In den vergangenen Jahrhunderten war die Kiefer ein wichtiger Lieferant von Kienspan, der, angezündet, unter anderem als Kerzenersatz für die armen Leute diente.

Standorte: trockene, sandige Böden, moorige Standorte

Merkmale

- bis zu 45 m hoch
- lange Nadeln, die immer als „Zweierpack“ wachsen
- unregelmäßige, schuppige Borke mit rötlichem Farbstich

Essbarkeit: Die Triebspitzen im Frühjahr und die Zapfensamen sind essbar.

Verwendung: 🍷, ✂, ✚

Kurzcharakteristik: Die Triebspitzen im Frühjahr und die Zapfensamen sind essbar.



▶ Kiefer gesamt

Standorte: Eichenmischwälder, Hartholzauen

Merkmale

- bis zu 40 m hoch
- knorriges Erscheinungsbild im Alter
- längsrissige, graubraune Borke
- Eicheln
- gelappte Blätter

Essbarkeit: Die Eicheln sind zum Verzehr geeignet.

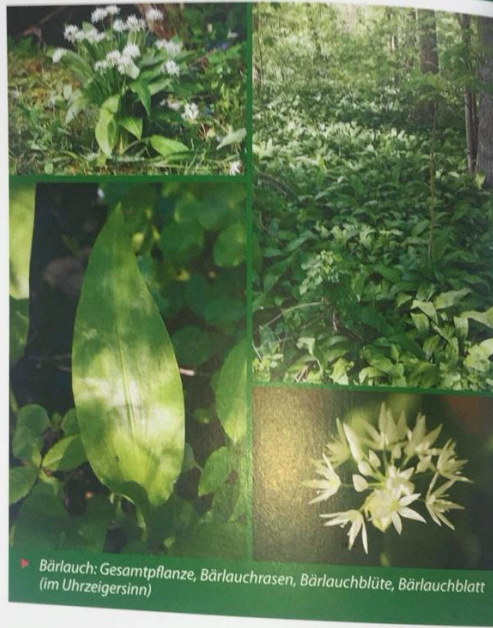
Verwendung: ☉, ✖, ✚

Kurzcharakteristik: Rohe Eicheln sind aufgrund enthaltener Gerbstoffe für den Menschen ungenießbar. Es gibt aber Möglichkeiten, die Gerbstoffe zu entfernen. Ein erfolgversprechen-



• Eichenstamm, Eichenblatt, Eichel

der Weg ist das Wässern der Eicheln. Sie können zum Beispiel einen Korb voller Eicheln einfach zwei Tage in einen Fluss hängen. Wenn sie in einem Topf gewässert werden, muss das so lange praktiziert werden, bis das Wasser, das mehrfach gewechselt werden sollte, endlich klar bleibt und sich nicht mehr verfärbt. Dann sind die Gerbstoffe entfernt und die Eicheln genießbar (siehe auch ▶ S. 154).



▶ Bärlauch: Gesamtpflanze, Bärlauchrasen, Bärlauchblüte, Bärlauchblatt (im Uhrzeigersinn)

Bärlauch (*Allium ursinum*)

Der Bärlauch, auch als „wilder Knoblauch“ bezeichnet, ist biologisch gesehen ein Verwandter der Zwiebel und des Knoblauchs. Er verströmt einen knoblauchartigen Duft, den man schon von weitem wahrnimmt. Die Pflanze tritt immer in großen Mengen vor, selten ist eine isoliert stehende Einzelpflanze zu sehen. Bärlauch kann immer verwertet werden, wenn die Pflanze nicht krank ist (z. B. durch Pilz- oder Schädlingsbefall).

	Bärlauch	Mai-glöckchen (giftig)	Herbstzeitlose (giftig)	Aronstab (giftig)
		▶ S. 168	▶ S. 167	▶ S. 163
Blätter	Blattunterseite matt; aus dem Stängel wächst ein Blatt	Blattunterseite glänzend; aus unten rot überlappendem Stängel wachsen zwei Blätter	dicke Blätter, kein sichtbarer Stiel	junge Blätter; gleiche Form wie Bärlauch, wenn sie zusammengerollt aus der Erde treiben, danach pfeilförmig, Blätter dunkelgrün
Zeitraum	Ende Januar–Mai	April–Juli	Mai–Juni	Ende Januar–Juni
Geruch	intensiv	keiner	keiner	keiner
Wurzel	dünne, langgezogene „Zwiebel“ mit wenigen Ausläufern	viele Ausläufer	dicke, runde Zwiebel mit Ausläufern am Fuß	–

▶ Tabelle 2: Übersicht der Erkennungsmerkmale des Bärlauchs zur Verminderung von Verwechslungen

Standorte: gelegentlich Bachläufe, feuchte Auwälder, Schluchten, schattige Waldränder

Merkmale

- bis zu 40 cm hoch
- Blüten haben meist sechs Blätter
- aus einem Stängel wächst ein Blatt
- tritt oft in ganzen Rasen auf
- knoblauchähnlicher Geruch

Essbarkeit: Alle Pflanzenteile sind für den Verzehr geeignet.

Verwendung: ☉, ✚

Kurzcharakteristik: Alle Pflanzenteile sind als Nahrungsmittel verwertbar und liefern etliche Nährstoffe. Medizinisch gesehen

ist die Pflanze durch ihre entzündungshemmenden Wirkstoffe wertvoll. Sie wirkt aber auch bei Verdauungsstörungen.

Inhaltsstoffe: Vitamin C, Öl, Zucker, Alliine (Aminosäuren)

Erntezeit: ganzjährig

Verwechslungsgefahr: Bärlauch wird häufig mit giftigen Pflanzen wie Maiglöckchen, Herbstzeitlose oder Aronstab verwechselt. Der Aronstab ist eine Pflanze, die in den ersten Stadien des Wachstums dem Bärlauch stark ähnelt. Wenn der Aronstab zusammen mit dem Bärlauch Anfang Februar das erste zusammengerollte Blatt aus dem Boden schießt (hier bei mir in Freiburg i. Br. manchmal schon Ende Januar!), gleicht er sehr dem Bärlauch; die Unterschiede können erst bei genauerem Hinsehen identifiziert werden. Je älter die Pflanzen werden, desto ungleicher werden sie. Es gibt immer wieder Standorte, an denen sich *beide* Pflanzen wohlfühlen und zeitgleich vorkommen.

Die beiden anderen Giftpflanzen, die gern mit dem Bärlauch verwechselt werden, nämlich die Herbstzeitlose und das Maiglöckchen, wachsen erst viel später (von April–Mai). Die Herbstzeitlose hat keinerlei sichtbare Übereinstimmungen, daher kann sie mit Bärlauch eigentlich nicht verwechselt werden, wenn man umsichtig und aufmerksam ist. Beim Maiglöckchen jedoch ist Vorsicht geboten, da diese Pflanze große Ähnlichkeiten mit dem Bärlauch aufweist. Erst bei genauerem Hinsehen ist das Maiglöckchen in einem Bärlauchfeld zu erkennen.

Eichenholz ist auch ein hervorragendes Brennholz. Aus dem Auszug, der aus der Rinde gewonnen werden kann, kann ein Mittel mit arzneilicher Wirkung hergestellt werden, das zum Beispiel gut bei entzündlichen Hauterkrankungen (Neurodermitis, Ekzem), aber auch bei Schleimhautentzündungen im Genital- und Analbereich (Scheidenentzündung, Hämorrhoiden) und bei Durchfall wirksam ist.

Inhaltsstoffe: u. a. in der Rinde Triterpene, Gerbstoffe und Flavonoide

Verwechslungsgefahr: –