

# Heimische Wildkräuter

## Löwenzahn



**Fund- und Sammelorte:** Nährstoffreiche Standorte, häufig auf Wiesen, Weiden, in Gärten, Parks oder an Waldrändern

**Verwendbare Pflanzenteile:** Junge Blätter, geschlossene Blütenknospen, Blüten und Wurzeln

**Geschmack:** Blätter feinbitter, Chicorée ähnlich. Blüten leicht süsslich

**Verwechslung:** Ferkelkraut, Wiesenpippau, Wegwarte – alle essbar

## Bärlauch



**Fund- und Sammelorte:** feuchte Laub- und Auenwälder

**Verwendbare Pflanzenteile:** junge Blätter (Anfangs März bis ca. Ende April) Blüten und Knospen (ca. Mai), Samen (nach der Blüte), Zwiebeln (ab Juni)

**Geschmack:** intensiver süsslicher Knoblauchgeschmack

**Verwechslung mit giftigen Artgenossen:** Maiglöckchen, Herbstzeitlose, Aaronstab

## Brennnessel



**Fund- und Sammelorte:** In Gärten, an Weg- und Waldrändern, an Ufern von Gewässern. Häufig in der Nähe von Himbeeren.

**Verwendbare Pflanzenteile:** Junge Triebspitzen (die oberen drei Blattpaare), weibliche Samen ab Anfangs August.

**Geschmack:** Blätter würzig-Spinatartig, Samen nussig.

**Verwechslung:** Verschiedene Taubnesselarten. Alle essbar, vor allem die Blüten der Gold-, Rot- und Taubnesseln



## Giersch (Geissfuss, Baumtropfen, Dreiblatt)



**Fund- und Sammelorte:** Weg- und Waldränder, meist unter Bäumen, Hecken und Büschen, im Garten

**Verwendbare Pflanzenteile:** Junge noch glänzende Blätter

**Geschmack:** Blätter fein-würzig, leicht Zitronig

**Verwechslung:** Wald-Engelwurz

## Weitere Wildkräuter (zum Würzen und Verfeinern)



Dost (wilder Majoran)



Waldsauerklee



Thymian



Frauenmantel



Knoblauchrauke



Wiesenlabkraut



Kleiner Wiesenknopf





## Essbare Blüten



Schlüsselblumen



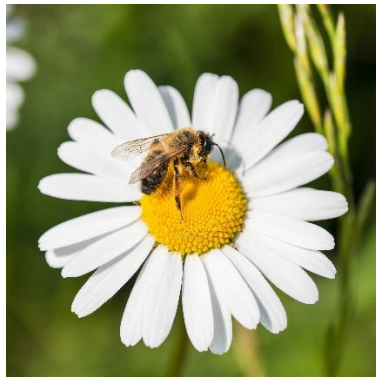
Gänseblümchen



Vergissmeinnicht



Rotklee



Margerite



Wiesen Schaumkraut



Rote und weisse Taubnessel



Goldnessel



Malve (Chäslkraut)



Bärlauch (Knoblauchartig)



# Giftige Pflanzen



Krokus und



und Herbstzeitlose



Maiglöckchen



Blauer Eisenhut



Lichtnelke (Fleischblume)



Hahnenfuss



Gefleckter Schierling



**Nur Pflanzen sammeln und essen, die Du mit Sicherheit kennst!!!**