

■ Gefahr: Bärlauch kann mit den Blättern des giftigen Maiglöckchens und mit dem Aronstab verwechselt werden

KREIS MYK. (EB). Als schmackhaftes, nährstoffreiches Heil- und Gewürzkraut hat der Bärlauch (*Allium ursinum*) mit seinem scharf-würzigen Geschmack in vielen Küchen Einzug gehalten. Experten raten beim Sammeln von Bärlauch - er wird auch „Waldknoblauch“ bezeichnet - jedoch zu größtmöglicher Sorgfalt und Vorsicht. Ein Mann aus dem Landkreis Mayen-Koblenz ist kürzlich, im Glauben frischen Bärlauch gepflückt zu haben, an den Folgen einer lebensgefährlichen Verwechslung gestorben. Sein Blutbild hatte eindeutige Hinweise auf eine Vergiftung mit Herbstzeitlosen (*Colchicum autumnale*) gezeigt.

Kräutersammler müssen genau hinschauen

Kräutersammler müssen also ganz genau hinschauen. Vorsicht ist geboten. „Auch mit Blättern des giftigen Maiglöckchens (*Convallaria majalis*) wird der Bärlauch mit seinen lanzettförmigen Blättern nicht selten verwechselt. Eine lebensgefährliche Verwechslung von Bärlauchblättern mit Aronstabs ist möglich“, darauf weist die Gartenakademie Rheinland-Pfalz auf ihrer Homepage im Rahmen von Gefahren bei Wildsammlung hin. „Der Aronstab wächst im zeitigen Frühjahr an den gleichen Standorten wie Bärlauch“, heißt es weiter.

Dass es fast unmöglich ist im April Bärlauch und Herbstzeitlose zu verwechseln, sagt Hedda Edel. Die krokusähnliche Herbstzeitlose würde, wie der Name es sagt, später als der Bärlauch wachsen“, betont die 76-jährige Heilkräuterexpertin. Das einzige was man jetzt im Frühjahr von der Herbstzeitlose sehen könne, seien die Blätter. „Vom Blattaufbau gibt es keine Ähnlichkeit. Herbstzeitlose haben im Gegensatz zum Bärlauch keinen Stiel“, versichert Hedda Edel. Die giftige Zwiebelpflanze entwickelt im Herbst eine schöne lila Blüte mit einem safrangelben Stempel. Sicherheit, ob es sich tatsächlich um Bärlauch handelt, gibt ein Schnuppertest.



Bärlauch

Nach Angaben von Hedda Edel lässt sich Bärlauch, der in diesem Frühjahr besonders früh geerntet werden konnte, durch seinen deutlichen Knoblauchgeruch erkennen. Bärlauch sei im Übrigen ein uraltes Heilmittel für Mensch und Tier.

Blätter zwischen den Fingern zerdrücken

Wenn man die Blätter des Bärlauchs zwischen den Fingern zerdrücke, könne man seinen typischen knoblauchartigen Duft wahrnehmen. Wenn nicht: sollten Bärlauchliebhaber ihre Finger unbedingt von der Pflanze lassen. Die Doppelgänger-Gewächse Maiglöckchen und Herbstzeitlose haben beide kein Aroma.

Sie könne sich nicht vorstellen, dass jemand versehentlich Herbstzeitlose sammelt und anschließend isst, sagt die Betreiberin der Heilkräuterschule in Mayen-Hausen. „Herbstzeitlose schmecken sicherlich ganz scheußlich bitter.“

Die schöne Blüte der Herbstzeitlose im Herbst kann vergessen machen, dass sie eine der giftigsten einheimischen Grünlandpflanzen für Mensch und Tier ist. Wer auf Nummer sicher gehen will und ohne Bauchweh Bärlauch genießen möchte, der sollte diesen aus kontrolliertem Anbau kaufen oder das Kraut im eigenen Garten anpflanzen. Dass Bärlauch sehr gefragt ist, ist in der Klostersgärtnerei in Maria Laach feststellen. Dort war die mehrjährige, teppichbildende Zwiebelpflanze am ersten Sonntag im Mai restlos ausverkauft. Das Kraut wächst halbschattig bis schattig in frischen bis feuchten Böden, gerne unter laubabwerfenden Gehölzen. Bärlauch ist ein beliebtes „Jagdobjekt“. Viele Sammler schwärmen alljährlich in der freien Natur aus, um das beliebte grüne Kraut mit seinem besonderen Würzaroma zu pflücken.

Attraktivität durch Kochsendungen

„Das Problem, Bärlauch in Massen zu pflücken, entwickelte sich auch aus der Attraktivität des Bärlauchs in den Kochsendungen“, meint Karl-Hermann Gräf. „Leider pflücken dann auch Menschen ganze Plastiktüten voll“, weiß der Revierförster aus Nickenich zu berichten. „Solange dies kochbegeisterte Menschen tun, ist das in Ordnung. Da gibt es eben auch noch diejenigen, die das Pflücken professionell ausüben und den Bärlauch zu guten Preisen verkaufen. Das ist verboten, kann aber kaum nachverfolgt werden.“

Gräf hat vor Jahren ein Paar



Im Garten von Regine Eckenroth in Keldung gedeiht der zur Zeit blühende Bärlauch, so etwa unter einer Hecke. Sammler erkennen die Heilpflanze an ihrem knoblauchartigen Geruch. Fotos: Elvira Bell

(zwei Stück) Bärlauchzwiebeln in seinen Garten gepflanzt. „Dieser Bärlauch hat sich gut entwickelt. Meine Frau und ich nutzen diesen Bärlauch sehr gerne.“

Arbeit im Akkord birgt Gefahren

Der Unterschied zwischen Bärlauch, Herbstzeitlose aber auch zu den ebenfalls giftigen Maiglöckchen sei bei den Einzelpflanzen gut zu sehen“, betont auch Hermann-Josef Gräf. „Wird der Bärlauch, der ebenfalls wächst, mit der Sichel auch großflächig geerntet - die Pflücker arbeiten im Akkord - werden die giftigen Pflanzen, die selten sind und zwischen dem dichten Bärlauch stehen, leicht übersehen und können so auch in den Handel gelangen.“ Nach Ansicht von Regine Eckenroth, die sich schon lange mit Kräutern beschäftigt, ist Bärlauch am ehesten mit dem gefleckten Aronstab (*Arum maculatum*) zu verwechseln. „Die giftige und daher für die Ernährung nicht geeignete Pflanze wächst etwa an den gleichen Stellen, wie auch Bärlauch, hat einen ähnlichen Blattaufbau und das ähnlich grüne Laub ist ebenso glatt und glänzend. Der Aronstab wird in der Homöopathie verwendet“, erläutert die Gartenarchitektin aus Münstermaifeld-Keldung.

Bärlauch direkt neben Herbstzeitlose

„Bei uns wächst der Bärlauch im Naturschutzgebiet Pöntertal direkt neben der Herbstzeitlosen, die wie der Aronstab in der Homöopathie Verwendung fin-

det.“

Obwohl Regine Eckenroth persönlich noch von keiner Verwechslung, die akut passiert ist weiß, rät sie ungeschulten Wildkräutersammlern, nicht auf eigene Faust los zu ziehen. „Wenn man nicht bewandert ist, sollte eine fachkundige Person dabei sein, oder man sollte schon einmal an einer Kräuterwanderung teilgenommen haben.“

Eckenroth möchte das Sammeln von Wildkräutern nicht verteufeln. Im Gegenteil. „Man muss die Kräuter kennenlernen und sich das Ganze beibringen lassen.“

Auch Kinder sollen, ihrer Ansicht nach, Kräuter und auch giftige Pflanzen kennenlernen. „Sie können nicht von allem ferngehalten werden.“

Der praktische Umgang beispielsweise in der Familie, im Kindergarten und in der Schule schult ihre Erfahrung mit der Natur und macht die jungen Menschen selbstsicher für ihr eigenes Leben und als Schützer ihrer natürlichen Lebensgrundlage.“

Das ebenso mit dem Bärlauch zu verwechselnde in allen Pflanzenteilen giftige Maiglöckchen entwickelt Blatt und seine duftenden Blüten etwas später. Erst im Herbst blüht die giftigste, mit dem Bärlauch zu vertauschende Blumenzwiebelart *Colchicum autumnale*, die Herbstzeitlose, wie der Name verrät. Sie wächst vor allem auf feuchten, nährstoffreichen Wiesen und an Böschungen, hier bevorzugt an sonnigen oder halbschattigen Standorten.