



später, ungefähr ab April, kommt die weiße Blüte in einer hübschen Kugel hervor und verwandelt den „grünen Teppich“ in eine „weiße Schneedecke“.

## Geben und nehmen

Der Bärlauch verbreitet sich auf eine spezielle Art und Weise. Die Samen bleiben an den Füße der Tiere haften, die diesen dann fortragen. Das erklärt das große, flächenweise Vorkommen des Bärlauchs in manchen Gebieten. Durch diese Methode hat die Pflanze einen Vorteil: Die Samen können über große Distanzen verschleppt werden und so neue Wälder besiedeln. Doch auch den Tieren nutzt der Bärlauch. Z. B. fressen sich die Larven einer Schwebfliegenart durch die Bärlauchblätter.

## Bärlauch in Küche und Medizin

Schon früh nutzten die Menschen die Pflanze mit dem knoblauchartigen Geruch. Man kann Bärlauch auf verschiedenste Weise zubereiten und essen. Am häufigsten werden die Blätter zu unterschiedliche Dips, Suppen, Saucen oder Pesto verarbeitet. Im Mittelalter sagten die Menschen der Pflanze die Eigenschaft nach, Unheil abzuwehren. Heute nutzt man Bärlauch unter anderem bei Magen-Darm-Beschwerden oder zur Senkung des Blutdruckes.

## Vorsicht Verwechslungsgefahr



2

Vor dem Pflücken des Bärlauch sollte man sich jedes Blatt ganz genau anschauen. Die Pflanze ist dem Maiglöckchen, der Herbstzeitlosen und dem Ahornstab sehr ähnlich. Diese Pflanzen sind sehr giftig und können sogar tödlich sein. Herbstzeitlosen sind meist auf Wiesen anzutreffen und nicht im Wald. Im Unterschied zum Bärlauch wachsen die Blätter des Maiglöckchens paarweise aus dem gleichen Stängel und umfassen diesen deutlich. Beim Bärlauch wachsen die Blätter einzeln am Stängel. Außerdem sind die Blätter des Maiglöckchens an der Unterseite glänzend und oft gerollt. Die Blätter des Ahornstabs besitzen im Gegensatz zu den parallelen Blattnerven des Bärlauchs eine netzartige Blattäderung. Diese Gitterstruktur kann man besonders gut an der Unterseite erkennen.

## Mit LIFE+ die Rheinauen entdecken Bärlauch



1

### Steckbrief

**Gattung:** Lauch (Allium)  
**Wuchshöhe:** 20 - 50 cm  
**Aussehen:** Längliche, grüne, lanzettartige und weiche Blätter; ein oder mehrere Stängel, an denen sich schneeweißen Blüten entwickeln  
**Blütezeit:** April-Mai

Wenn Sie im Frühling durch die Wälder gehen, können Sie den Bärlauch mit der Nase an seinem Knoblauchduft erkennen. Das brachte ihm auch die unterschiedlichsten Namen ein: Knoblauchspinat, wilder Knoblauch, Waldknoblauch, Hexenzwiebel und Zigeunerlauch.

### Ein Frühlingsbote

Der Bärlauch wächst in schattigen, feuchten und humusreichen Au- und Laubwäldern. Im Frühling sprießt er langsam aus dem Boden. Besonders häufig findet man ihn unter der Buche, obwohl er auch unter Waldgesellschaften wie Ahorn-, Eschen-, Eichen- oder Ulmen-Mischwälder vorkommt. Im Frühjahr bedeckt der Bärlauch an manchen Stellen fast den ganzen Waldboden. Wenig

## Der Natur auf der Spur

- Bärlauch, Maiglöckchen und Herbstzeitlose sind alle drei in den Rheinauen zu finden. Aber wo? Machen Sie sich auf die Suche!
- Finden Sie interessante Rezepte zur Bärlauchzubereitung in Kochbüchern oder im Internet?
- Suchen Sie einen schönen Bärlauchstandort und besuchen sie ihn zu unterschiedlichen Wochen/Monaten - vom grünen Blättermeer zur weißen Schneedecke bis hin zum Sommer in dem vom Bärlauch nichts mehr zu sehen ist.

## Weitere Informationen

- Steckbrief Naturschutzgebiet „Bremengrund“  
download: [http://www.lubw.baden-wuerttemberg.de/The-men>>Natur und Landschaft >> Flächenschutz >> Schutzgebietsverzeichnis >> Steckbriefe](http://www.lubw.baden-wuerttemberg.de/The-men>>Natur+und+Landschaft+>>Flächenschutz+>>Schutzgebietsverzeichnis+>>Steckbriefe)  
<http://www.lubw.baden-wuerttemberg.de/servelet/is/11424/>

## Herausgeber:

Regierungspräsidium Karlsruhe (RP KA)  
Referat 56 „Naturschutz und Landschaftspflege“  
Karl-Friedrich-Str. 17  
D - 76247 Karlsruhe / [www.rp-karlsruhe.de](http://www.rp-karlsruhe.de)  
Text und Grafik: Julien Kinnart und  
Rebecca Zwingmann, RP KA

Bildnachweis:

1. Ralf Grammlich RP KA
2. Ralf Grammlich RP KA





# Mit LIFE+ die Rheinauen entdecken Bärlauch

