

Vorsicht beim Sammeln von Wildkräutern – eine sichere Pflanzenbestimmung ist unverzichtbar

geschrieben von gruenesmoothies.org | 19. März 2015

(Berlin, 19.03.2015) Das Sammeln von Kräutern und Heilpflanzen birgt Risiken, schon kleine Verwechslungen können schlimmen enden. Aus diesem Grund gilt es die Pflanzenbestimmung nicht zu vernachlässigen. Hierfür wird vorzugsweise auf Fachliteratur zurückgegriffen, das Smartphone ist hingegen keine gute Wahl.

Der Frühling befindet sich auf dem Vormarsch und mit ihm treten die Wildkräuter wieder in Erscheinung. Schon bald werden sich viele Menschen auf Kräutersuche begeben. Angesichts des Smoothie-Trends ist davon auszugehen, dass in diesem Jahr besonders viele Wildkräuter und Heilpflanzen gesammelt werden.

Die beiden Smoothie-Blogger Heike Hübner und Stefan Anshl freuen sich hierüber, da Wildkräuter als besonders nährstoffhaltige Zutaten für grüne Smoothies gelten. Jedoch merkt Stefan Anshl an, dass das Sammeln der Pflanzen eine verantwortungsvolle Aufgabe ist, sich jedoch viele Menschen nicht darüber im Klaren sind. Deshalb kommt es immer wieder zu Verwechslungen, die Vergiftungen nach sich ziehen.

Das Vergiftungsrisiko ist nicht auf die leichte Schulter zu nehmen. So wird beispielsweise Bärlauch gerne mit Aronstab, Herbstzeitlosen oder Maiglöckchen verwechselt, was im schlimmsten Fall tödlich enden kann. Damit es nicht soweit kommt, gilt es die Pflanzen vor der Ernte präzise zu bestimmen. Die Pflanzenbestimmung stellt sicher, dass am Ende

nur die richtigen Zutaten verarbeitet und konsumiert werden.

Für die sichere Bestimmung der Pflanzen rät Stefan Ansahl zum Einsatz von Fachliteratur. Im Buchhandel sind mehrere Standardwerke rund um die Bestimmung von Wildkräutern und Heilpflanzen zu finden. Ausführliche Beschreibungen, Hinweise zur Verwechslungsgefahr sowie eindeutige Abbildungen helfen sie dabei, Wildkräuter zielsicher zu bestimmen. Ergänzend bietet es sich an, ein Kräuterseminar zu besuchen. Kräuterspaziergänge unter fachkundiger Anleitung sind ein gutes Mittel, um mehr über die Pflanzenbestimmung zu erfahren und gleichzeitig zu lernen, wo einzelne Pflanzen in der freien Natur zu finden sind.

Da Smartphones im Trend liegen, werden sie bei der Pflanzenbestimmung zunehmend häufiger eingesetzt. Stefan Ansahl warnt jedoch auf <http://www.gruenesmoothies.org/wildkraeuter-identifizieren/> vor dieser Methode, da sie Risiken birgt. So mancher private Webseitenbetreiber verbreitet unwissentlich Falschinformationen, die wiederum für andere eine Gefahr darstellen. Besser ist es daher, kein Risiko einzugehen und auf bewährte Fachliteratur zurückzugreifen.

Ansahl Consulting GmbH
Düsseldorfer Str. 17/18
10707 Berlin

Geschäftsführer: Stefan Ansahl
Telefon: 030 – 887 18 777
E-Mail: presse@gruenesmoothies.org