



Baden-Württemberg.de

📅 06.03.2020

ERNÄHRUNG

Vorsicht beim Sammeln von Bärlauch



📷 © dpa

Beim Sammeln von wild wachsenden Bärlauchblättern ist Vorsicht geboten. Die Blätter sind leicht mit den hochgiftigen Blättern von Herbstzeitlosen und Maiglöckchen zu verwechseln.

„In diesen Tagen beginnen in den Wäldern mancherorts die ersten Bärlauchblätter zu sprießen. Für viele Menschen gehört das Sammeln und Verarbeiten dieses mildwürzigen Frühlingsboten zu einer naturnahen und saisonalen Küche. Dabei gilt es, einige wichtige Regeln zu beachten“, sagte der Minister für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz, **Peter Hauk**. So könne es beim Sammeln von Bärlauch vor allem durch botanisch wenig bewanderte Menschen zu Verwechslungen mit weitreichenden Folgen kommen.

Es besteht Verwechslungsgefahr

Da zur gleichen Zeit wie der Bärlauch auch Herbstzeitlose und Maiglöckchen Saison haben und diese oft an ähnlichen Stellen wachsen, bestehe erhöhte Verwechslungsgefahr. Ein wichtiges Unterscheidungsmerkmal seien die Stängel der Pflanzen: „Jedes Bärlauchblatt sprießt an einem einzelnen Stängel aus dem Boden, meist in Gruppen dicht beieinander. Bei Maiglöckchen wachsen hingegen immer zwei Blätter an einem Stängel. Bei Herbstzeitlosen wiederum entwickeln sich den Stängel umfassende Blätter, das heißt, die Blätter liegen zunächst eng am Stängel an und öffnen sich dann“, erklärte Hauk.

Junge Blätter des Gefleckten Aronstab sind im Anfangsstadium ebenfalls mit Bärlauch zu verwechseln. Das wichtigste Unterscheidungsmerkmal sind unregelmäßig geformte Blattnerven, die beim Bärlauch parallelnervig verlaufen. Erst im ausgewachsenen Zustand bilden die Blätter des Aronstabs ihre unverwechselbare Pfeilform sowie oft dunkle Flecken aus. Am Ende der Blätter ist ein Widerhaken am Stielansatz zu erkennen. Auch die Nase sei beim Bärlauch sammeln eine gute Hilfe. Beim Zerreiben von Bärlauchblättern entstehe der typische Knoblauchgeruch. Allerdings werden die Hände den Knoblauchgeruch rasch annehmen, sodass dieser Kniff nur am Anfang wirke.

Herbstzeitlose und Maiglöckchen speichern in ihren Blättern Inhaltsstoffe, die nach dem Verzehr lebensgefährliche Vergiftungen auslösen können. Vergiftungsanzeichen sind Erbrechen, Krämpfe, akute Kreislaufbeschwerden und blutiger Durchfall. Diese Symptome treten bereits zwei bis sechs Stunden nach dem Essen auf. Auch alle Teile der Aronstab-Pflanze sind giftig und enthalten in großen Mengen Oxalat sowie flüchtige Scharfstoffe. Schon beim bloßen Berühren der Pflanze kann es zu Rötungen der Haut und Blasenbildung kommen. Nach dem Verzehr von Pflanzenteilen können sich Übelkeit, Erbrechen und Durchfälle einstellen. Auch ein Anschwellen der Lippen sowie Entzündungen der Mundschleimhäute mit schmerzhaftem Brennen auf der Zunge und im Rachen können die Folge sein. „Wer nach dem Verzehr von vermeintlichem Bärlauch diese Beschwerden hat, sollte unbedingt einen Arzt aufsuchen“, betonte der Minister.

Wichtige Regeln beachten

Hauk wies außerdem darauf hin, dass wild wachsender Bärlauch nicht ungefährlich sei, da die Blätter mit Eiern des kleinen Fuchsbandwurms behaftet sein könnten: „Da diese erst bei Kochtemperaturen ab 60 Grad abgetötet werden, bringt meist auch gründliches Waschen oder Einfrieren nichts“, erklärte Hauk. Wer auf sein Bärlauch-Pesto nicht verzichten möchte, sollte dafür keinen wild gesammelten Bärlauch verwenden. Im Landeswaldgesetz ist geregelt, dass sich die Menschen Wildkräuter, wie den Bärlauch, im Umfang von bis zu einem Handstrauß aneignen dürften“, erklärte der Forstminister. Da die Wälder lediglich zum Zwecke der Erholung betreten werden dürften, sei das Sammeln für gewerbliche Zwecke von einer Genehmigung durch die Forstbehörden abhängig.

„Das Sammeln von Bärlauch hat auf jeden Fall pfleglich zu erfolgen. Wer den Wald betritt, hat sich so zu verhalten, dass die Lebensgemeinschaft Wald nicht gestört und der Wald nicht gefährdet, beschädigt oder verunreinigt sowie die Erholung anderer Waldbesucher nicht beeinträchtigt wird“, sagte Hauk. In den Wäldern seien neben der regulären winterlichen Holzeinschlagssaison derzeit auch die Aufräumarbeiten nach Sturmtief ‚Sabine‘ in vollem Gange. Viele Waldwege- und -gebiete seien deshalb aktuell gesperrt und mit entsprechenden Hinweisen versehen. Waldbesucher seien gehalten, diese Sperrungen zu ihrem eigenen Schutz unbedingt zu beachten, aber auch um die Arbeiten nicht zu

behindern. Aber auch außerhalb dieser Sperrungen sei Vorsicht geboten. „Momentan sind vielerorts Wälder als Folge von Sturmtief ‚Sabine‘ voll von angeschobenen Bäumen und angeknacksten Baumkronen, die bei einem leichten Windstoß plötzlich umfallen oder sich lösen können. Auch der ein oder andere Waldweg wird momentan nicht so gut begehbar sein, wie es die Menschen sonst gewohnt sind“, erklärte Hauk.

Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz: Wald

Forst BW