

## Bärlauch blüht im Stadtwald

Aus der Flora der Region (4)

Im Frühling zeigen sich der Mühlhäuser Stadtwald und der Hainich von ihrer schönsten Seite. Die Bäume sind noch ohne Laub und Frühblüher wie Leberblümchen, Buschwindröschen, Gelbes Windröschen, Waldschlüsselblume, Frühlings-Platterbse und Märzenbecher verwandeln den Waldboden in ein Blütenmeer. Wenig später wachsen an feuchten Stellen, dicht gedrängt, oft auf großen Flächen, Pflanzen mit kräftig grün gefärbten breiten Blättern. Wer sich dem Pflanzenteppich nähert oder ein Blatt reibt, bemerkt einen intensiven knoblauchartigen Geruch. Es handelt sich um Bärlauch (*Allium ursinum*). Er wird auch als Rams bezeichnet. Der Name wurde gewählt, weil Bären die grünen Blätter nicht verschmäht haben sollen. An verschiedenen Stellen im Stadtwald ist die Pflanze zu finden. Auf dem Weg vom Prinzen-Haus in Richtung Castendyck-Brücke findet man große grüne Flächen mit Bärlauch, die sich bis zum Ramselborn erstrecken. Es ist zu vermuten, dass die Bezeichnung Ramselborn sich vom Namen Rams für die Pflanze ableitet. Weitere große Bestände findet man auch im Spittelgrund. In den Buchenwäldern Nord-West-Thüringens ist der Bärlauch weit verbreitet. In anderen Gebieten Thüringens tritt er zerstreut oder selten auf, mitunter fehlt er ganz. Vom reichen Vorkommen in der näheren Heimat darf nicht abgeleitet werden, dass die Pflanze überall häufig ist. Der Bärlauch wächst besonders in feuchten Buchenwäldern auf Kalkboden. Diese Bedingungen findet die Pflanze im Stadtwald und im Hainich vor. Die früh blühenden Pflanzen der heimischen Buchenwälder haben Speicherorgane, mit deren Hilfe sie im Sommer die lichtarme und später die kalte Jahreszeit überdauern. Auch der Bärlauch hat solche. Er ist einkeimblättrig und gehört zur Familie der Liliengewächse. Sie haben als Speicherorgane Zwiebeln, aus denen die Pflanzen dann früh im Jahr austreiben. Beim Bärlauch schieben sich aus den grünen Pflanzen dreikantige Stängel, an deren Spitzen sich weiße, sechsstrahlige Blüten in einer reich blühenden Scheindolde entwickeln. Große Flächen im Stadtwald werden durch die Blütensterne geprägt. Bald jedoch verblühen sie. Gleichzeitig nimmt der intensive Geruch zu, die Pflanzen verfärben sich hellgelb und zerfallen. Das überirdische Pflanzenleben des Bärlauchs ist dann beendet. Bevor die Pflanze blüht, werden die grünen Blätter gern gesammelt. Der Bärlauch ist eine alte Heilpflanze. Er enthält schwefelhaltige ätherische Öle, ähnlich der Zusammensetzung des Knoblauchöls, die Fachleute sprechen von Polysulfiden, besonders von Divinyldisulfid, Allyl- und Alkylpolysulfiden sowie Fermenten, Fructanen und natürlich Vitaminen. Die Wirkung ist ähnlich der des Knoblauchs. Vorrangig sollte die frische Pflanze Verwendung finden. Die Anwendungsgebiete sind Darmkatarrhe, Verdauungsbeschwerden, Appetitlosigkeit. Auch bei erhöhtem Blutdruck wird ihm eine positive Wirkung nachgesagt. Ausserdem enthält er einen Wirkstoff, der Kontraktionen der Gebärmutter hervorruft. Diese pharmakologische Wirkung ist allerdings nicht eindeutig geklärt. Neben dem Verzehr der grünen Blätter werden in Kräuterbüchern auch alkoholische Auszüge der Blätter empfohlen. Bei allen möglichen medizinischen Wirkungen wird heute der Bärlauch vorrangig zu Frühjahrskuren verwendet. Der frische, herzhafteste Geschmack macht die Pflanze im Frühling besonders begehrenswert. Die Blätter werden als Gemüse oder Salat verwendet. Dazu sollten sie morgens gesammelt werden. Wer Bärlauchblätter sammelt, sollte die Pflanzen schonen, ihre Zwiebeln nicht zerstören und nur einige Blätter von einer Pflanze entfernen.

*(Thüringer Allgemeine vom 08.05.2002, Autor: Dr. Ulrich FICKEL )*