

## Essbare Wildkräuter

# Gänseblümchen

**Botanischer Name:**

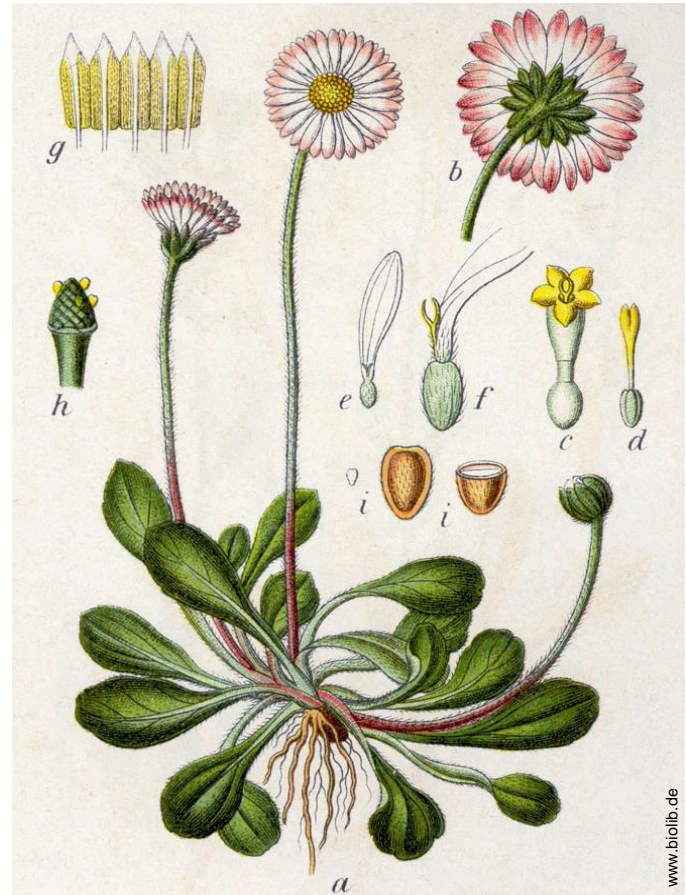
*Bellis perennis*, Familie der Korbblütler

**Andere Namen:**

Maßliebchen, Tausendschön

Das Gänseblümchen ist häufig auf Wiesen, Weiden und an Wegrändern zu finden.

Bekannt ist das Gänseblümchen allen aus der Kindheit von selbst gebastelten Blütenkränzen und -ketten, kleinen Sträußen und Verzierungen von Sandkuchen. Seine Blätter sind spatelförmig und liegen in einer Rosette flach am Boden. Das Blütenköpfchen, das auf einem ca. 10 cm langen blattlosen Stiel sitzt, hat innen gelbe, außen weiße Blüten. Nachts und bei Regen schließt sich die Blüte, die oft rötliche Blattunterseite ist dann zu sehen. Die Pflanze blüht von den ersten Frühlingstagen an bis zum späten Herbst.



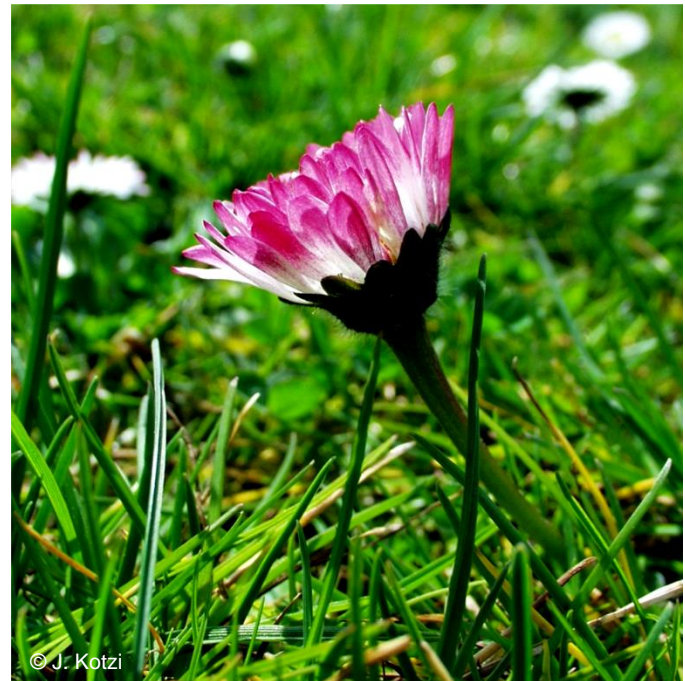
www.biolib.de



© J. Kotzi

Die Inhaltsstoffe des Gänseblümchens wirken anregend auf den Gesamtstoffwechsel. Im Mittelalter war es eine beliebte Heilpflanze bei Magen-, Leber- und Gallebeschwerden. Auch als Wundauflage und bei Husten wurde es verwendet.

Blätter, Knospen und Blüten können für Salate, Getränke, Süßspeisen, Gelees, als essbare Garnitur für Speisen verwendet werden, Blätter und Blüten frisch oder getrocknet als Tee.



© J. Kotzi