

In weiten Teilen des Waldes empfängt derzeit eindringliches Aroma nach Knoblauch jene Wanderer, die dem Corona-Virus-Alltag mit all seinen physischen wie psychischen Herausforderungen kurzfristig entfliehen wollen. Auf Schusters Rappen die besonders sauerstoffhaltige Luft und Ruhe des Waldes genießen, solo oder zu zweit mit der/den Herzallerliebsten, mit Kindern frische Kräfte tanken und dabei noch ein Augenmerk der gesunden Kräutervegetation widmen; so lässt sich der verordneten Corona-Isolation – wenn auch zeitbeschränkt – ein wenig entfliehen.

Heil- wie ebenso Gewürzkraut

Der Bärlauch, im Volksmund als „Knofelspinat“ oder „Hexenzwiebel“ bezeichnet, zählt zur Familie der Lauchgewächse. Er ist eines der bekanntesten heimischen Wildkräuter. Er ist Heil- wie ebenso Gewürzkraut. In der Naturheilkunde wird die Pflanze gegen Verdauungsstörungen, bei Erkältung, Bronchitis, Cholesterin sowie Bluthochdruck genutzt. Für viele ist er deshalb ein nahezu Alleskönner – auch in der Küche. Der Bärlauch wird frisch für Aufstriche, Salate und Saucen, Suppen und auch als geschmacklicher Aufputz für allerlei Fleisch-, Fisch- und Pastaspeisen verwendet. Ein weiterer Vorteil von Bärlauch ist, dass man im Gegenteil zu anderen Zwiebelgewächsen keinen unangenehmen Mundgeruch bekommt. Speisen mit Bärlauch gibt´s zuhauf. Nicht nur in den Gasthäusern und Restaurants, sondern auch in der heimischen Küche. Ein Klick ins Internet unter „Rezepte mit Bärlauch“ genügt und schon öffnet sich die weite Welt des Kochens mit Bärlauchrezepten. Das Knoblauchgewächs hat es gern schattig vor allem in Auenwäldern und entlang von Flussniederungen und Bächen. Er verschmäht aber auch nicht sanfte Hügel in waldreichen Gegenden wie unter anderem im südlichen Wienerwald und macht es sich wegen seiner Ausbreitungsfreudigkeit selbst in Gärten und Parks gemütlich.







Achtung vor giftigem Maiglöckchen

Die Blätter vom Bärlauch sind lanzettenförmig und wachsen auf einem dreikantigen, leicht rundlichen Stiel, dessen Länge zwischen fünf und 20 mm misst. Die Blätter selber sind bis zu 25 cm lang und zwischen zwei und fünf Zentimeter breit. Auffällig bei Bärlauchblättern ist die matte dunkelgrüne Blattoberseite bei einer gleichzeitig helleren Blattunterseite. Ein weiteres markantes Zeichen sind die länglichen Blattnerve, die in Richtung Blattspitze verlaufen.

Doch bekanntlich ist nicht alles im Wald gut für die Gesundheit. So etwa das Maiglöckchen. Seine Blätter können von Unkundigen leicht mit jenen des Bärlauchs verwechselt werden. Das Maiglöckchen wird insgesamt als sehr stark giftig eingestuft. Dies betrifft alle Pflanzenteile.

Das wesentliche und einfachste Merkmal, um die zum Verwechseln ähnlich aussehenden Blätter von Bärlauch und Maiglöckchen zu unterscheiden, ist der Duft. Zerreibt man Bärlauchblätter zwischen den Händen, kann man sofort den Knoblauchduft riechen. Die Blätter von Maiglöckchen und Herbstzeitlosen hingegen fehlt der bärlaucheigene Duft. Auch die Blattoberfläche gibt einen entscheidenden Hinweis: Bärlauchblätter sind matt, Maiglöckchenblätter sind glänzend.

Ein weiterer Unterschied zwischen Bärlauch und Maiglöckchen ist die Blüte. Zum einen blüht Bärlauch etwa zwei Monate früher als das Maiglöckchen. Andererseits ist die Form der Blüte grundverschieden: Maiglöckchenblüten sind – nomen est omen – glöckchenartig, während Bärlauch in späterer Wachstumsphase filigrane sternenförmige Blüten aufweist. Quintessenz: So wie der frühe Vogel den Wurm fängt, empfiehlt es sich auch den Bärlauch in relativ frühem Wachstumsstadium zu ernten. Die jungen Blätter munden zudem am besten und der Austrieb des Maiglöckchens findet in der Regel noch nicht statt.







Bärlauch-Eldorado Prießnitztal bei Mödling

Ein Duo der Kulturfüchsin-Redaktion machte sich kürzlich auf die Beine und absolvierte eine Wandertour im südlichen Wienerwald, dort wo sich der Bärlauch wohl fühlt. Ob im Helenental, auf dem Wanderweg zur Wienerhütte von Rodaun aus oder im Mödlinger Prießnitztal – die Auswahl an Bärlauchrouten ist vielfältig. Der Autor und seine eheliche Begleitung entschieden sich für das Prießnitztal, da dort die Bärlauchpopulation besonders üppig sprießt und riesige Waldbodenflächen in Besitz genommen hat.

Ausgangspunkt der Wanderung war das „Bockerl“ beim Parkplatz oberhalb der Goldenen Stiege. Auf dem felsigen, teilweise recht steilen Weg, ging´s vorbei an Kletterübungsfelswänden zum ehemalige Standplatz der legendären „Breiten Föhre“, die aus Altersgründen längst den Weg alles Irdischen gegangen ist. Ein Gedenkstein erinnert an das ehemalige Naturdenkmal. Rechts führt die Forststraße vorbei an der „Krausten Linde“ zum Anninger Schutzhaus, links bietet sich der ebene Weg zum Schottenhof und weiter nach Gumpoldskirchen an. Kurz vor dem Schottenhof eine Abzweigung in das vorerst recht steil abfallende Prießnitztal. Schon nach wenigen Hundert Metern links und rechts des Karrenweges sprießt ein grünes Meer an Bärlauch, das mit einigen Unterbrechungen den Wanderer bis zum derzeit gesperrten Kinderspielplatz am Beginn des Prießnietztales begleitet. Wer will kann sich an dem überaus reichen Bärlauchbestand bedienen. Dabei ist zu beachten, dass möglichst nur die Blätter ohne Wurzel geerntet werden. Zur vorläufigen Aufbewahrung der Blätter wird eine luftdurchlässige Stofftragetasche empfohlen. Knackige Bärlauchblätter sollten am besten nur noch bis circa Ende März/Anfang April geerntet werden. Zurück zum Ausgangspunkt ging es über einen asphaltierten Ziehweg zum Parkplatz beim „Bockerl“, wobei linksseitig in einigem Abstand zur Route hohe Felsabbrüche die westseitige Stadtrand-Landschaft Mödlings prägen. In einigen von Ihnen existieren – nun allesamt unzugängliche – Tunnel und Höhlen.

TEILEN MIT:

- Klick, um über Twitter zu teilen (Wird in neuem Fenster geöffnet)
- Klick, um auf Facebook zu teilen (Wird in neuem Fenster geöffnet)

- Klicken, um auf WhatsApp zu teilen (Wird in neuem Fenster geöffnet)