

Der Frühling kommt

Der Bärlauch kommt



Der Bärlauch ist eine altbekannte Gemüse-, Gewürz- und Heilpflanze. Die ganze Pflanze ist komplett essbar und wird vorwiegend für Pestos, Dips oder als Zugabe zu Spinat und Salat verwendet. Die Erntezeit ist im März und April.



Trotz der leichten Identifikation durch den knoblauchartigen Geruch wird Bärlauch immer wieder mit dem Maiglöckchen oder den Herbstzeitlosen verwechselt.

Beim Bärlauch ist zudem die Blattunterseite immer matt und bei den Maiglöckchen oder auch den Herbstzeitlosen glänzend.

Der Bärlauch wird auch als Heilpflanze eingesetzt zum Beispiel bei Magen-Darm-Störungen. Ihm wird eine verdauungsfördernde, entgiftende, antimikrobielle und kreislauffördernde Wirkung nachgesagt.

