

Frühlingsblätter, zart und giftig grün

In den Wäldern spriesst jetzt wieder der bekömmliche Bärlauch. Doch wer das Frühlingsgewächs für die Küche sammelt, sollte genau hinschauen: Das giftige Maiglöckchen sieht dem Bärlauch zum Verwechseln ähnlich.

Von Paul Imhof

Früher liessen sich die Menschen vom Aberglauben durch den Alltag leiten. Sie zweifelten keine Sekunde an der Wirkung des Maiglöckchens, das - unter der Schwelle eines feindlichen Kuhstalls verborgen - Kühe und Milch verhexen sollte. Dass der Aronstab, dessen Blütenkolben einem Penis gleicht und auch «Pfaffenpint» genannt wird, der Liebe Kräfte verleiht, war unbestritten. Bärlauch wiederum taucht kaum im Aberglaube auf; das Lauchgewächs mit dem charakteristischen Geruch nach Knoblauch bescherte dem geplagten Gekröse Erleichterung.

Kräfte und Schwächen

Man mag sich heute lustig machen über Bauernregeln aus dem Feld der Mysterien und Geister, aber vor ein paar Jahrhunderten wussten die Menschen immerhin, welchen Pflänzchen sie beim Waldspaziergang begegneten. Das Wissen über Kräfte und Schwächen, Segen und Fluch der Wildpflanzen dürfte heute nur noch bei wenigen Menschen vorhanden sein. Zwar erfreut sich insbesondere Naturheilkunde grossen Zuspruchs, auch beschäftigen sich einige Spitzenköche mit Wildpflanzen, doch die Mehrheit von uns stolpert ahnungslos durch Feld und Flur und hat keinen Schimmer, welche Wildpflanzen man essen darf und welche nicht.

Beklagt wurde das schon 1945. «Trotz der Naturschwärmerei», schrieb damals der Kräuterpfarrer Künzle, sei der Bärlauch, «eine der stärksten und gewaltigsten Medizinen in des Herrgotts Apotheke», in Vergessenheit, «ja sogar in Misskredit geraten: In vielen Gegenden wurde dieses heilsame Pflänzchen als Giftkraut angeschaut.» Künzle berichtete von einem Krankenbesuch 1910 in Wangs, wo er in einem Garten ein paar Bärlauchblätter einsteckte. Die Leute warnten ihn vor dem Gift des Bärlauchs, Künzle ass vor den Anwesenden ein paar Blätter. Die Leute waren entsetzt,



Vorsicht beim Sammeln! Der feine Bärlauch, die tödliche Herbstzeitlose, das giftige Maiglöckchen (v. l.). Foto: Toxi.ch

so Künzle: «Ums Himmels willen, Sie müssen sterben, das ist schwer Gift!» riefen mir die Leute voll Angst zu. «Nur kei Angst, es putzt mi nöd!» war mein Bescheid.» Offenbar hatten die Menschen schon erlebt, dass jemand starb, der Bärlauchblätter gegessen hatte - oder Blätter, die jemand für Bärlauch gehalten hatte, die aber etwas komplett anderes waren, nämlich Herbstzeitlosen.

Diese Pflanze, die im Herbst mit ihrer wunderschönen Blume erfreut, weckt das nackte Grausen, wenn man an das Ende denkt, das sie einem Menschen bescheren kann, der ihre Blätter gegessen hat: Sie enthält das hochwirksame Zellgift Colchicin, von dem schon weniger als ein Milligramm pro Kilo Körpergewicht lebensgefährlich ist. Bereits beim kleinsten Verdacht auf eine Vergiftung muss man den Arzt aufsuchen, sonst kann jede Hilfe zu spät sein, und man stirbt fünf Tage lang bei vollem Bewusstsein. «Man weiss, was man hat, man weiss, was passiert, und man kann nichts machen», sagt Hugo Kupferschmidt, Chefarzt und Direktor des Toxikologischen Informationszentrums in Zürich. 2002 gab es in einer einzigen Woche gleich drei Todesfälle, weil Menschen statt Bärlauch das Grün der Herbstzeitlose zubereitet und verspeist hatten.

Gut oder gefährlich?

Die Herbstzeitlose (*Colchicum autumnale*) gedeiht manchmal im gleichen Umfeld wie Bärlauch (*Allium ursinum*), ihre Blätter sehen jenen des Bärlauchs ähnlich, wie auch jenen des Maiglöckchens und des Aronstabs. Auch die Blätter des Maiglöckchens enthalten Stoffe, die der Mensch nicht zufällig und unkontrolliert zu sich nehmen sollte, aber «man müsste schon gröbere Mengen konsumieren», um schwere Schäden zu erleiden, so Kupferschmidt.

Wie lassen sie sich auseinanderhalten? Bärlauch riecht und schmeckt nach Knoblauch; Herbstzeitlose, Maiglöckchen und Aronstab tun dies nicht. Kupferschmidt warnt allerdings davor, Bärlauchblätter zu zerreiben, weil die Finger danach noch lange nach Bärlauch riechen und weitere Vergleiche verunmöglichen. Am besten unterscheidet man die Blätter nach optischen Merkmalen: Bärlauchblätter sind gestielt, elliptisch, «lämpelig»; die Blätter der Herbstzeitlose wirken etwas ledrig, sind ungestielt, lanzettenförmig; die Blätter des Maiglöckchens sind ähnlich breit wie jene des Bärlauchs und ähnlich fest wie jene der Herbstzeitlose. Die Blätter des Aronstabs, «Ronechrutt», sind spinatähnlich, etwas länglich-herzförmig, von dunklerem Grün und von sichtbaren Adern gezeichnet.

Kompliziert? Dann verzichtet man eben aufs Sammeln und kauft die Blätter auf dem Markt. Und hofft, dass keine Eier des Fuchsbandwurms daran kleben - um keinen Bandwurm einzufangen, soll man Bärlauch nicht roh essen.