



### PFLANZEN SAMMELN

1. Zum Dekorieren, zum Anschauen und für die Pflanzenpresse
2. Tipp zur Bestimmungshilfe
3. Zum Essen und für weitere Anwendungen
4. Für Tee-Kuren und medizinische Anwendungen

#### Zum Dekorieren, zum Anschauen und für die Pflanzenpresse (*Allgemein*)

Es ist verboten Pflanzen in Naturschutzgebieten zu sammeln, solche die unter Naturschutz stehen oder Arten die vom Aussterben bedroht sind. Nimm Dir nur dann eine Pflanze mit, wenn es mindestens 20 weitere am gleichen Standort gibt - Einzelkämpfer lass fairerweise stehen. Benutze bitte eine kleine Gartenschere und rupfe nicht wild an der Pflanze herum. So vermeidest du unnötigen Stress für das Gewächs und ziehst auch nicht aus Versehen die Wurzel mit heraus. (Außer Du willst Sie unbedingt haben)

Wenn Du Pflanzen sammelst sollte es nicht geregnet haben, damit das Sammelgut nicht feucht ist. Es sollte nicht zu spät am Tag sein, damit etwaige Blüten in voller Pracht stehen (wenn Du die haben magst). Achte auf eine angemessene Größe, je nach dem für was Du die Pflanze verwenden möchtest. Wenn ich bei mir in der Nähe sammeln gehe, dann habe ich eine kleine Papiertüte dabei, eventuell etwas Zeitungspapier. Eine kleine Reise überstehen die Kräuter darin eingepackt am Besten. Wenn ich weiter weg bin und die Pflanzen pressen möchte, nehme ich mir ein Buch und zwei Blatt Papier mit. So kann ich direkt an Ort und Stelle die Pflanze anfangen zu präparieren. Das Buch sollte unwichtig sein, denn durch die Pflanzensäfte wird es verunreinigt. Es sollte eine gewisse „Dicke“ und die passende Größe haben - das ist leider schwer, bringt aber für diesen Zweck sonst nichts.

Meine „Beute“ notiere ich mir in einem kleinen Notizbuch. Das ist später wichtig - zum Beispiel für Angaben in einem Herbarium. Auch sonst geht es bei mir doch recht schnell vergessen welche Pflanze ich da glaubte gepflückt zu haben und an welchen Standort das war. Ich notiere mir daher: Pflanzename, Fundort, Fund-Tag und alles was ich sonst noch wichtig finde. Du kannst das natürlich machen wie Du magst oder lässt es gleich ganz bleiben 😊.



### Tipp zur Bestimmungshilfe

Als Bestimmungshilfe möchte ich Dir neben meinen Ausführungen und dem Blick ins Internet das Buch „BLV Pflanzenführer für unterwegs“ ans Herz legen. Ich finde es ideal für Einsteiger. Alle Pflanzen sind sehr gut gezeichnet. Man glaubt das zunächst nicht, aber auf genauen Zeichnungen kann man die Feinheiten von Pflanzen später viel besser erkennen als auf Fotos. Der Pflanzenführer ist nach Blüte-Farben und nach Blüten-Form sortiert. Wenn ich also eine gelbe Blüte mit vier Blättern vor mir habe - schaue ich mir an der entsprechenden Stelle die Bilder an und vergleiche.

Nachteil: Ohne Blüten geht's nicht 😊

**ACHTUNG!** Informiere Dich bitte einmal im Internet über die Gefahren des Riesen-Bärenklaus, damit Du um diese Pflanze - ob jung und klein oder alt und groß - einen Bogen machen kannst. Hier bei mir in der Region treffe ich Sie mittlerweile immer häufiger. Sie ist phyto-toxisch. Das bedeutet: Wenn Du Sie berührst und danach Licht an diese Hautstelle kommt, kannst Du schwere Verbrennungen erleiden.

### Zum Essen und für weitere Anwendungen

Wenn Du Pflanzen zum Essen sammeln möchtest oder für irgendwelche weiteren Anwendungen (Tees, Tinkturen, Umschläge, Cremes usw.) - dann gilt eigentlich alles was ich bis hier hin geschrieben habe... Du solltest Dir nur sicher sein, dass keine Verwechslung der Pflanze mit einem giftigen Doppelgänger vorliegt und danach wird die Sache ein bisschen kompliziert.

Grundsätzlich gilt: Du hast die Freiheit alles zu essen und zu probieren was du möchtest!

... und ich bin mir eigentlich ziemlich sicher, dass Du die meisten Pflanzen aus meinen Rezepten irgendwo vor Deiner Haustür findest, aber zumindest wenn Du im städtischen RheinMain Gebiet (oder vergleichbar wohnst) würde ich Sie von dort eher nicht essen.

In Deutschland leben um die 12 Millionen Hunde und gefühlt die meisten davon in meiner Heimatstadt Oberursel 😊😊. Pflanzen im Park und auf Grünstreifen sehen teilweise sehr verlockend aus, aber die sollte man in Ballungsgebieten mit vielen Hundeproduzenten lieber nicht in den Mund stecken.



# Sagenhaftes Pflanzenjahr

## Pflanzen sammeln

Wenn Du auf einer Brachfläche sammelst, sei Dir sicher, dass dort keine Schadstoffe ins Erdreich gesickert sind, die gerade über die Pflanzen wieder herausgezogen werden.

Wegen der Abgasbelastung (und der Unfallgefahr) empfiehlt es sich auch nicht die Pflanzen in der Nähe von vielbefahrenen Straßen oder der Autobahn-Böschung zu sammeln.

Vom Sammeln an den Ackerrändern rät einige Literatur ab, wegen der Düngemittel- und Pestizid-Rückstände. (Wenn Du den Bauern kennst, könntest Du ihn danach befragen, zumal Du ja vielleicht auf dem Wochenmarkt seine Kartoffeln kaufst)

Im Wald sollte man dann generell noch vor dem Fuchsbandwurm aufpassen... (Die Gefahr Würmer durch seinen Haushund zu bekommen ist glaube ich größer)... aber wenn man auf kleinen Abhängen pflückt kann man die Gefahr bannen. Einfach weil Füchse sich ungerne zum pinkeln auf den Hang stellen.

Das man in Naturschutzgebieten (wie dem Taunus) nicht sammeln darf hab ich ja schon erwähnt...

... und übrig bleibt dann nur gar nicht mehr so viel....

Viele Leute denen ich das alles aufgezählt habe waren danach sehr verunsichert.

Dabei wird einem eigentlich beim selber sammeln nur bewusst, was mit dem Essen alles los sein könnte, das man da in sich hineintut. Im Supermarkt vertrauen wir einfacher darauf, dass die das bei der Zucht und bei der Ernte in Marokko, Chile, Peru, Südafrika und Neuseeland schon richtig gemacht haben.

Viele Leute denen ich das erzählt habe, waren dann gar nicht beruhigter.

Die ganze Angst bringt aber nix. Wähle einfach etwas umsichtig, was und von wo du etwas essen möchtest - das gilt für die Wiese und für den Supermarkt.

Da bei mir das Hundepipi-Problem ziemlich ausgeprägt ist frage ich gerne alle möglichen Bekannten, Freunde und Verwandte ob die vielleicht einen Hundefreien Garten haben in dem ich mich mal umsehen darf. Manche freuen sich sehr, wenn man selbst freut, denen kostenfrei das „Unkraut“ aus den Beeten zu rupfen 😊 Vielleicht hast Du ja auch den Genuss eines eigenen Gartens. Wenn Du der Natur in ein paar Ecken ihren freien Lauf lässt wirst Du viele Geschenke bekommen.



## Sagenhaftes Pflanzenjahr

### Pflanzen sammeln

Die kleinen Mengen, die Du für die Rezepte des Sagenhaften Pflanzenjahres benötigst wirst Du bestimmt irgendwo finden. Wenn Du Die Pflanzen wäschst und kochst oder mit kochendem Wasser übergießt ist schon mal vieles was drauf sein könnte weg oder abgetötet. Wenn Du junge Triebspitzen von Bäumen pflückst solltest Du Sie problemlos roh genießen können. Gleiches gilt für Blüten, Blätter und Samenstände an hohen Pflanzen (Zum Beispiel im Wald, nicht an Hundepipi-Stellen).

Auch bei Tinkturen, bei denen Pflanzen mit hochprozentigem Alkohol übergossen werden, mache ich mir persönlich gar nicht so viele Gedanken.

### Für Tee-Kuren und medizinische Anwendungen

Wenn Du Dir aus heilkundlichen Gründen vorgenommen hast eine bestimmte Tee-Kur zu machen, regelmäßige Waschungen oder Sitzbäder, dann empfehle ich Dir an dieser Stelle etwas ganz anderes:

Bestelle Dir die Kräuter in der Apotheke. Suche Dir den lateinischen Namen heraus und frag ob Deine Apotheke das machen kann. Vorteil: Du kannst Dir relativ sicher sein, dass die Verarbeitung gewissen Qualitätsstandards entspricht und dass die Kräuter einen gewissen Wirkstoffgehalt haben. Getrocknete Kamilleblüten aus der Apotheke sind etwas ganz anderes als getrocknete Kamillepflanzen aus dem Teebeutel bei Aldi.

Alternativ kannst Du auch im Internet nach einem Kräuterhandel suchen. Da gibt es mittlerweile ein breites Angebot - auch an vertrauenswürdigen Firmen.