

Bärlauch – giftige Doppelgänger

Bärlauch hat sich in den vergangenen Jahren zum „Trendkraut“ entwickelt. So schwärmen in Deutschland mittlerweile jedes Frühjahr unzählige Menschen in Auen und Laubwälder, um frischen Bärlauch zu sammeln. Leider fehlen vielen Sammlern grundlegende Kenntnisse, echten Bärlauch von giftigen Doppelgängern wie Maiglöckchen zu unterscheiden. Jedes Jahr erleiden deshalb dutzende Sammler nach dem Verzehr vermeintlich echten Bärlauchs eine schwere bis tödliche Vergiftung.

Anhand folgender Unterscheidungsmerkmale können Sie die beiden wichtigsten Doppelgänger in der Bärlauch-Sammelzeit erkennen: Maiglöckchen und Herbstzeitlose.






Echtes Bärlauchblatt

Doppelgänger
Herbstzeitlosenblatt

Doppelgänger
Maiglöckchenblatt

Bärlauch – giftige Doppelgänger

Unterscheidungsmerkmale

	Bärlauch <i>Allium ursinum</i>	Herbstzeitlose <i>Colchicum autumnale</i>	Maiglöckchen <i>Convallaria majalis</i>
Blatt	<p>lanzettförmige Blattspreite</p> <p>Blattoberseite meist dunkler als Unterseite</p> <p>zarte, leicht knickende Blätter</p> 	<p>länglich-lanzettförmige Blattspreite</p> <p>biegsame Blätter</p> 	<p>lanzettförmige Blattspreite</p> <p>Blattoberseite deutlich glänzend</p> <p>biegsame Blätter</p> 
Blattstiel	echter Stiel, dreikantig im Querschnitt	kein deutlicher Stiel	langer Scheinstiel oben grün, in Bodennähe häufig rötlich
Geruch	Blüten und zerriebene Blätter riechen deutlich nach Knoblauch	Blätter fast geruchlos	Blätter fast geruchlos, Blüten duften typisch blumig-frisch
Blüte	Scheindolde viele weiße, sternförmige Blüten	blassrosa bis violette Blüten	traubiger Blütenstand mehrere weiße, glockenförmige Blüten
Blütezeit	April bis Mai	Herbst (blüht ohne sichtbare Laubblätter)	Mai
Wuchs	20 bis 50 cm hoch Blätter kommen einzeln aus dem Boden , Blattstiele stehen meist dicht gedrängt	8 bis 30 cm hoch Blätter umeinander gewickelt , kommen als Rosette aus dem Boden	10 bis 30 cm hoch; meist zwei bis drei Blätter an einem Scheinstiel , bei jungen Maiglöckchen können Blätter jedoch auch einzeln stehen!
Wurzel	Zwiebel	Zwiebel	Rhizom (Wurzelstock)

Bärlauch – giftige Doppelgänger

Wichtige Tipps



- Verlassen Sie sich nicht auf den Geruchstest! Nachdem Sie das erste Bärlauchblatt zerrieben haben, riechen ihre Finger längere Zeit nach Knoblauch – egal, was Sie danach zerreiben.
- Lassen Sie grundsätzlich Blätter stehen, die sich gummiartig anfühlen, sich schwer abrupfen lassen oder sich mit weiteren Blättern einen Stiel teilen.
- Werfen Sie grundsätzlich gesammelte Blätter weg, an denen Sie den Stiel nicht überprüfen können.
- Haben Sie geringste Zweifel, ob es sich um Bärlauch handelt? Dann lassen Sie die Blätter besser stehen!
- Kochen Sie selbst gesammelten Bärlauch, um Krankheitserreger abzutöten

Bedenken Sie bitte:

Beim Kochen werden viele der potenten Giftstoffe wie das Colchicin der Herbstzeitlose **nicht** zerstört! Außerdem besteht beim Bärlauchsammeln die Gefahr, auch andere Giftpflanzen zu erwischen, z. B. einzeln stehende Blätter der Gartentulpe oder des Gefleckten Aaronstabs.

Weiterführende Informationen

Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit: Bärlauch
www.ages.at/ages/ernaehrungssicherheit/pflanzliche-lebensmittel/baerlauch/

Hortipendium: Gefahren beim Bärlauchverzehr
www.hortipendium.de/Gefahren_beim_Baerlauchverzehr

Wikipedia: Bärlauch
de.wikipedia.org/wiki/Baerlauch

Wikipedia: Herbstzeitlose
de.wikipedia.org/wiki/Herbst-Zeitlose

Wikipedia: Maiglöckchen
de.wikipedia.org/wiki/Maiglöckchen

Wikipedia: Gefleckter Aronstab
de.wikipedia.org/wiki/Gefleckter_Aronstab