



Naturpark-Entdecker Steckbrief Pflanze

Name

Wegwarte - Cichorium intybus

Merkmale

Aus einer Blattrosette wachsen lange sparrige Blütenstängel, die bis 150 cm hoch werden. Juli bis Oktober blüht sie. Die Blüten sind himmelblau und sitzen am Ende der Stängel und Ästchen. Die Blütenkörbchen sind 2,5 - 4 cm groß.

Familie

Korbblütler - Asteraceae

Erstaunlich aber wahr:

Die Wegwarte blüht den ganzen Sommer lang, aber jede Blüte nur an einem Morgen bei vollem Sonnenschein. Frühaufsteher sollten um 6 Uhr morgens nachschauen: die Blüten öffnen sich und schließen mittags um 12 Uhr. Nur bei bedecktem Himmel bleiben die Blüten manchmal 1 bis 2 Stunden nach Mittag geöffnet.



Fragen zur Pflanze:

1. Welche anderen Namen dieser Pflanze kennst du oder kannst sie in Erfahrung bringen?
2. Welches Getränk wird aus den Wurzeln der Zichorien und dem Löwenzahn zubereitet?

Die Lösungen findest du auf der Rückseite.



Forscherauftrag zur Pflanze:

Wenn du die Blätter vom Löwenzahn kennst, vergleiche sie mit den Blättern der Wegwarte zur Blütezeit. Die Wegwarte hat größere gezähnte Blätter als der Löwenzahn. Der Geschmack beider Pflanzen ist ähnlich bitter und sie sind nah verwandt.

Wegwarte = Salat?

In Gemüsegärten findest du manchmal Wintersalate wie Chicoree, Zuckerhut, Radicchio oder Endivie. Wenn eine dieser Salatpflanzen nicht geerntet wurde und den Winter übersteht, wartet ab bis die Pflanze im Sommer blüht. Du wirst staunen, dass die Blüten den Wegwarten genau ähneln. Aus den Samen dieser Salatpflanzen wachsen wieder Wegwarten. Probiere es im folgenden Frühjahr aus.

Im April schmecken die jungen Blätter der Zichorien gut. Sie werden gewaschen und roh in Salaten verwendet. Der bittere Geschmack ist ein Schutz der Pflanze vor Tieren, aber nicht giftig. Im Gegenteil: Die Bitterstoffe wirken bei Appetitlosigkeit und fördern die Verdauung. Sie wirken gegen Kopfschmerzen und treiben Harn und Gallensäfte aus. Wer auf fette Speisen leicht mit Magenschmerzen reagiert, sollte immer einige Wegwarten-Blättchen oder Endivien, Chicoree oder Radicchio dazu essen. Ein Magenbitter kann aus Blättern und Wurzeln hergestellt werden: Der Alkoholauszug ist nichts für Kinder und Jugendliche.



Foto: Utrecht

Lösungen von Seite 1:
Frage 1: Zichorie ist die deutsche Übersetzung des lateinischen Gattungsnamens Cichorium.
Sie wird auch Sonnenwibel, Hansel am Weg, Sonnenbrat oder Wegeleuchte genannt.
Frage 2: Zichorienkaffee oder Muckefuck, sagten wir als Kinder.
Den dürfen Kinder trinken, weil er kein Koffein enthält.

Naturpark-Tipp:

Suche nach den Standorten der Wegwarte! Sie wächst direkt neben der Straße am Raidehnsweg in Stemwede, am Südhang der Stemweder Berge. Der Name deutet das an. Das Mähen oder Mulchen der Wegränder muß unterbleiben, damit die Wegwarten blühen und ihre Samen verbreiten können. Das häufige Mähen der Wegränder schadet dem Vorkommen dieser schönen Wildpflanze.

Altersgruppe: Familien mit Kindern (10 bis 15 Jahre)

Naturpark Dümmer e.V., Niedersachsenstr. 2, 49356 Diepholz, naturpark-duemmer.de

Autor: Dr. Inge Utrecht, Stemweder Kräuterfrau, www.uetrecht.net