



# WAS SIND WILDKRÄUTER UND WELCHE ARTEN GIBT ES?



JULI · AUGUST · SEPTEMBER

# Was sind Wildkräuter?



**Botanisch gesehen sind Kräuter alle grünen Pflanzen ohne Stamm.**



In Mitteleuropa gibt es über 1.500 essbare Wildpflanzen. Sie wachsen dort, wo es ihnen gefällt - niemand hat sie gepflanzt. Dadurch haben sie sich mit viel Anpassungsvermögen den optimalen Ort und den richtigen Zeitpunkt selbst gewählt. Genauso schnell wie sie manchmal kommen, gehen sie aber auch wieder, wenn es Veränderungen gibt.

**Niemand hat diesen Pflanzen etwas hinweggezüchtet oder hinzugezüchtet. Daher strotzen sie vor Kraft, enthalten wertvolle Inhaltsstoffe, die genau im richtigen Verhältnis zusammengesetzt sind.**

Sie wachsen häufig in Konkurrenz zu Nutzpflanzen und werden deshalb oft als Unkräuter bezeichnet und wenig geliebt. Sie können jedoch **Heilkraut, Nutzkraut, Zeigerpflanze** und vieles mehr sein.

Ökologisch bezeichnet man Unkräuter als Beikräuter und in der Wissenschaft als Segetalpflanzen.

# Wofür werden sie genutzt?

## **Sauerstoff**

Bäume produzieren mehr Sauerstoff als sie Kohlendioxid verbrauchen. Täglich produziert ein Baum 10-13 kg Sauerstoff, ein Mensch verbraucht 0,5 - 2 kg Sauerstoff.

## **Holz**

Energiegewinnung  
Möbel, Papier, Baumaterial

## **Luft**

Luftfilter, Schattenspender, Wind- und Lärmschutz

## **Boden**

Humusaufbereitung, Erosionsschutz

## **Lebensraum**

Für Mensch und Tier, verschönern die Umgebung

## **Nahrung**

Für Mensch und Tier

## **Arznei**

Für Mensch und Tier



# Welche Arten von Kräutern gibt es?

## Grundtee - Kräuter

diese können täglich verwendet werden



Brombeerblätter



Himbeerblätter



Erdbeerblätter



Johannisbeerblätter

# Welche Arten von Kräutern gibt es?

## Heilkräuter

diese werden ausschließlich zur Vorbeugung und Unterstützung eines Heilprozesses eingenommen. Sie sind Medikamente und werden kurmäßig nach Anleitung eines Heilpraktikers oder Arztes angewendet.



Johanniskraut



Weißdorn



Baldrian



Wermut

und viele andere...

# Welche Arten von Kräutern gibt es?

## Wildgemüse

aufgrund ihres hohen Vitamin- und Mineralstoffgehalts und guten Geschmacks, eignen sie sich besonders für eine gesunde Ernährung.



Giersch



Brennnessel



Löwenzahn



Vogelmiere

und viele andere...

# Welche Arten von Kräutern gibt es?

## Würzkräuter

aufgrund ihres intensiven Aromas, werden sie zum würzen von Speisen und Getränken verwendet.



Thymian/Quendel



Bärlauch



Gundermann



Mädesüß

und viele andere...

# Welche Arten von Kräutern gibt es?

## Wildfrüchte

werden in der Küche für Getränke, Nachspeisen und Kuchen verwendet. Manche müssen vor der Verwendung eingefroren werden (Weißdorn, Schlehe) und andere vor dem Verzehr gekocht werden (Holunder).



Weißdorn



Schlehe



Holunder



Hagebutte

und viele andere...

# Welche Arten von Kräutern gibt es?

## Blumen

für die Seele...



### **Kleine Blüten**

Ein kurzer Blick, ein Duft, ein Schein,  
lässt Sonnenschein ins Herze hinein.  
Wie Blumen sanft den Frühling bringen,  
lass Lebensfreude in dir klingen.

(Unbekannt)