



# Frühjahrsblüher

## Bärlauch

Bärlauch von März bis Mai, dann haben die Ärzte dieses Jahr frei. Bioaktive: Allizin.



## Persischer Ehrenpreis

Stammt aus Kleinasien. 1805 aus dem Botanischen Garten Karlsruhe verwildert und ganz Deutschland „erobert“.



## Scharbockskraut

Nur vor der Blüte Blätter für Salat und Kräuterbutter, Vitamin C! Zur Blütezeit sammelt sich im Blatt giftiges Protoanemonin.



## Huflattich

Einige der Pyrrolizidinalkaloide haben hepatotoxische und krebserzeugende (kancerogene) Wirkung, weshalb Huflattichblätter zum Beispiel in Österreich und Dänemark nicht mehr auf dem Markt angeboten werden dürfen. In Deutschland wurde eine andere Regelung getroffen. Huflattichblätter dürfen hier vertrieben und angewendet werden, jedoch wurde die Anwendung zeitlich und quantitativ auf eine Tagesdosis von maximal 10µg Pyrrolizidinalkaloiden begrenzt.



## Bitteres Schaumkraut

Wildsalat (Senföle, Vitamin C)



## Wiesenschaumkraut

Wildsalat (Senföle, Vitamin C)



## Aronstab

Geschützt! Die gesamte Pflanze ist giftig und enthält in großen Mengen Calciumoxalat und den Scharfstoff Aroin. Bei Kindern führen die roten, süß schmeckenden Beeren immer wieder zu Vergiftungen. Die Oxalat-Kristalle kann man an Gaumen und Zunge spüren, wenn man eine kleine Menge vom Blatt einige Minuten kaut und wieder ausspuckt. Bisher hat dieses kleine Experiment auch jeder ohne Probleme überlebt. Nicht an Kindern testen!



## Schlüsselblume

Geschützt! Erkrankungen der Atemwege.



## Märzveilchen

Alte Heilpflanze. Enthält in der Wurzel Saponine.



## Hohler Lerchensporn

Enthält giftige Alkaloide.

