

# Aktiv für wilde Pflanzen

Praxistipps für mehr Artenvielfalt  
in Dorf und Stadt

# Vorwort

Im Auftrag der Landeszentrale für Umweltaufklärung Rheinland-Pfalz führte das NABU-Zentrum Rheinauen bis zum Jahr 2024 das Bildungsprojekt „Wildkräuterbotschafter“ in Rheinhessen durch. Im Verlauf mehrerer Workshops wurden den Teilnehmer\*innen die wichtigsten heimischen Pflanzenfamilien und Wildkräuterarten vorgestellt und Informationen zu deren Ökologie sowie zur Anlage von Wildkräuterflächen vermittelt. Ziel des Projekts war es, engagierte Ehrenamtliche als Multiplikatoren zu befähigen, ihr Wissen an andere Interessierte weiterzugeben und diese von der Idee zu begeistern, wieder mehr Natur im eigenen Wohnumfeld zuzulassen und so Biodiversität zu fördern.

Warum aber gerade Wildkräuter? Blühende Wildkräuter waren früher prägende Elemente des Landschaftsbildes. Doch mit der Intensivierung der Landwirtschaft, dem zunehmenden Düngemittel- und Herbizideinsatz und der Ausweitung von Siedlungen gehen viele ehemals typische Wildkräuterarten deutlich zurück. Mit ihnen verschwinden auch die Tierarten, denen sie als Futterpflanzen dienen, wie z.B. viele Insektenarten, die wiederum die Nahrungsgrundlage für Amphibien, Vögel, Säugetiere sind. Einleuchtend, dass Wildkräuter als Grundlage eines solch artenreichen „Lebenssystems“ schützens- und erhaltenswert sind!



Artenreiche Wiese auf dem Rheindeich



Wildbiene an Wiesensalbei

# Einführung

Insektensterben, Artenrückgang ungeahnten Ausmaßes, dramatischer Biodiversitätsverlust – medienwirksame Schlagworte, die oft als Panikmache abgetan werden. Aber mittlerweile belegen zahlreiche Studien, was Wissenschaftler\*innen und Fachleute schon lange befürchten: Die globale Artenvielfalt ist enorm gefährdet, eine Million der geschätzten acht Millionen weltweit auftretenden Tier- und Pflanzenarten sind vom Aussterben bedroht, ein Artenrückgang von erschreckender Geschwindigkeit zeichnet sich ab. Als Hauptfaktoren werden vor allem die menschliche Nutzung von Landflächen und Meeren, die zunehmende Umwelt-

verschmutzung, die Zunahme invasiver Arten sowie der Klimawandel angeführt, die viele Tier- und Pflanzenarten – direkt oder indirekt durch Zerstörung ihres Lebensraums – an den Rand ihrer Existenz bringen.

Auch wenn diese Nachrichten beunruhigen, sollte man sich vor Augen halten, dass jeder von uns etwas tun kann – und das schon im Kleinen und mit einfachsten Mitteln! Diese Broschüre vermittelt allen Interessierten und Engagierten eine Anleitung zu konkreten Maßnahmen zur Förderung von Biodiversität im eigenen Wohnumfeld.



Intensive Landwirtschaft: Ernte auf dem Maisacker

NABU/Klemens Karkov

In der Schaffung neuer Lebensräume als grüne Oasen, von denen nicht nur Wildtiere und -pflanzen, sondern auch der Mensch selbst profitiert, besteht ein riesiges Potential.

Ob Balkonkasten, Blumenkübel oder Gartenbeet, ob Garagendach oder Hofeinfahrt – die Entwicklung solcher



Wildkräuter und Trockenmauer

NABU/E. Neuling

Biodiversitätsinseln ist an vielen Standorten im privaten Bereich möglich und auch kleinräumige Aktionen sind lohnenswert, da sie gerade in der zersiedelten Landschaft als Trittsteine zwischen entfernt gelegenen natürlichen Lebensräumen unverzichtbar sind.

Auch im weiteren Wohnumfeld gibt es unzählige Möglichkeiten, Natur zu

## Wussten Sie,

dass private Gärten in Deutschland mit ca. 930.000 Hektar 2,6% der Gesamtfläche der BRD ausmachen?



Ruheoase in der Blumenwiese

NABU/Sebastian Hennigs

fördern: Der städtische Pflanzkübel vor der Haustür eignet sich dazu ebenso wie der verbuschte Wegrand am Kindergarten oder Altenheim, viele kommunale oder private Grünlandflächen im Siedlungsbereich oder die typischen „Unkrautvernichtungsmittelschneisen“ entlang von Sportplätzen, Vereinshei-

men, Fabrikgebäuden, Straßen u.v.m. Da viele Personen bereits für das Thema Biodiversitätsförderung sensibilisiert sind, wird es sicherlich in vielen Fällen glücken, auf der Grundlage von überzeugenden Argumenten ein gemeinsames Konzept für solche Flächen zu erarbeiten.



Wildstaudenbeet an einer Terasse

NABU

# Biodiversitätsinseln – ein Ideenkatalog

In erster Linie gilt es, versiegelte, vegetationsfreie Flächen auf ein Minimalmaß zu reduzieren und artenmäßig verarmte Flächen zu bereichern.



Wildstaudenpflanzung an der Hauswand

NABU/M. Konrad

- Das beginnt schon mit breiten Pflasterfugen in der Hofeinfahrt oder der Wahl einzelner Schrittsteine, die Raum für Vegetation lassen, statt flächig gepflasterter Wege. Zwischen Pflastersteinen und Platten kann man entweder eine spontane Besiedlung zulassen oder mit der Aussaat spezieller Fugensaatgutmischungen oder der Aussaat von trittfester Pflanzenarten bei der raschen Begrünung nachhelfen. Geeignet sind anspruchslose einheimische Arten von niedrigem Wuchs wie Sand-Thymian, Frühlings-Hungerblümchen, Kriech-Günsel, Pfennig-Gilbweiderich und Sternmoos sowie viele Dickblattgewächse wie Fetthenne u.a.



Dachbegrünung mit Fetthenne, Mauerpfeffer und Hauswurz

- Auch das Carport- oder Garagendach oder überdachte Unterstellplätze von Mülltonnen o.Ä. können durch die extensive Bepflanzung von wasserspeichernden Sukkulenten – hierzu zählen die heimischen Mauerpfeffer-, Hauswurz- und Steinbrecharten – begrünt und auch „beblüht“ werden und in Kombination mit geeigneten Gräsern und trockenheitsresistenten Wildkräutern einen artenreichen und farbenfrohen Lebensraum eröffnen.



Segelfalter auf Thymian

NABU/Christoph Bosch

Eine sehr einfache, aber wirksame Maßnahme ist die Einfügung von Wildkräuterinseln jedweder Art und Größe in versiegelte, unbegrünte oder verarmte Flächen.

- Wer nicht auf den Vorgarten in Steinoptik verzichten möchte, kann mit einzelnen blühenden Pflanzinseln oder einem dekorativen Kübel mit einer Mischung diverser Wildblumen farbenfrohe

Akzente setzen und den eigenen Vorgarten zu seinem ganz eigenen Ding machen! Die Blühbereiche können – passend zum puristischen Charakter des Schottergartens – auch einfarbig gehalten sein, indem entweder nur eine ansprechende Art ausgepflanzt wird oder verschiedene Arten gleicher Blühfarbe, aber unterschiedlicher Wuchshöhe kombiniert werden.



Baumscheibe und Wildkräuterspirale

NABU/Melanie Konrad

- Im kurzgetrimmten Rasen bringen Blühelemente wie z.B. eine Gruppe Margeriten Farbe ins Spiel und machen nicht viel Arbeit: einfach beim Rasenmähen aussparen und erst im Spätsommer nach dem Verwelken der Pflanzen abmähen.
- Am Carport, hinter der Garage, am Weg zur Mülltonne, vorm Holzschuppen, die Ecke an der Sandkiste – es gibt oft viele (vergessene) Flächen, auf denen man einen schmalen Blühstreifen, ein Wildblumenbeet oder sogar eine großflächige Blühwiese anlegen kann.

- Auch auf kleinsten Raum – im Balkonkasten oder -kübel – kann man eine Blühinsel zaubern! Auch



Wildkräuter im Blumentopf



NABU/Sebastian Hennigs

geliebte Dekorationsobjekte wie Omas betagter Waschzuber oder ein alter Gusskessel lassen sich zu ganz individuellen Pflanzgefäßen umfunktionieren. Und mit viel Farbe und Fantasie wird selbst aus einem einfachen Mörtelkübel aus dem Baumarkt ein Hingucker. Wichtig hierbei ist, dass zur Vermeidung von Staunässe für einen Gießwasserablauf gesorgt wird.

Stellt sich im Folgejahr „Leben“ an ihrem Blühelement ein, wird deutlich, dass viele tierische Akteure von dem neu entstandenen Minilebensraum profitieren. Aber schon die Planung und Anlage von Blühelementen macht viel Spaß, gerade wenn Kinder und Teenies mitwirken und man gemeinsam ein Konzept entwickelt und umsetzt.

Hinzu kommt, dass die Blätter, Blüten, Stängel, Wurzeln und/oder Samen vieler heimischer Wildkräuter essbar



Kinder entdecken Wildkräuter



Wilde Malve



Ackerrandstreifen

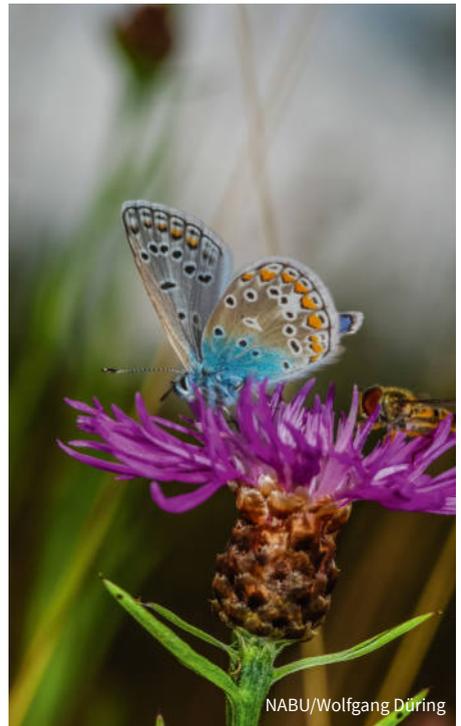
sind und somit in der Küche in rohem, getrocknetem oder gekochtem Zustand als Wildgemüse bzw. -salat oder als Gewürze zur Aromatisierung von Speisen eingesetzt werden können. Manche von ihnen können auch zum Kurieren gesundheitlicher Beschwerden genutzt werden, da sie heilende Wirkung besitzen.

Im Folgenden werden 20 heimische Wildkräuterarten vorgestellt, die sich für die Entwicklung von Blühelementen



Hosenbiene auf Flockenblume NABU/Christoph Bosch

eigenen. Die ursprünglich auf extensiv genutzten Wiesen und Weiden, an Wald-, Weg- und Feldrändern, entlang von Äckern, Straßen und Böschungen sowie auf brachliegenden Flächen beheimateten Arten dienen einer Vielzahl von Insekten und anderen Tierarten als Futterpflanzen (Nektar und Pflanzenteile) und stellen überdies Raum zur Partnersuche, Fortpflanzung, Eiablage und Entwicklung, aber auch Rückzugsmöglichkeiten bereit. Bis auf wenige Ausnahmen handelt es sich um mehrjährige Arten.



Hauhechel-Bläuling

NABU/Wolfgang Düring

# Wildkräutersteckbriefe

Die folgenden fünf Wildkräuterarten zählen zur Familie der Korbblütler, bei der viele Einzelblüten einen körbchenförmigen Blütenstand bilden:

## Wiesen-Margerite

*Leucanthemum vulgare*

- sie erreicht eine Höhe von maximal 60 cm, die spatelförmigen Laubblätter sind unterschiedlich stark gezähnt, die Blüten erreichen einen Durchmesser von bis zu 6 cm, wobei die inneren goldgelben

Röhren- von weißen Zungenblüten umrahmt werden

- Blütezeit Mai bis September, Besucher sind zahlreiche Wildbienen und -wespen sowie Fliegen-, Käfer- und Schmetterlingsarten
- vulgare (lat.) bedeutet gewöhnlich; sie hat unzählige regionale Trivialnamen wie Johannisblume, Kalbsauge oder Sonnenwendblume
- sie ist ungiftig, indes kann sie eine Kontaktallergie auslösen



Margerenwiese

NABU/Christoph Buchen



NABU/Christoph Buchen

# Wiesen-Pippau

*Crepis biennis*

- erreicht Wuchshöhen bis 120 cm, die Laubblätter sind abwärtsgerichtet gesägt, die goldgelben Blütenkörbchen weisen einen Durchmesser von maximal 3,5 cm auf
- Blütezeit Mai bis August, als Bestäuber treten viele Wildbienenarten auf
- Crepis leitet sich vom lateinischen Wort crepida (Schuhsohle) ab und bezieht sich auf die Form der Laubblätter, biennis (lat.) bedeutet zweijährig
- Blätter und Blüten sind roh als herb-bittere Zugabe zu Salaten, Gemüse und Suppen essbar, auch für Haustiere (Nager, Vögel, Schildkröten u.a.) geeignet



Wiesenpippau

# Wiesen-Schafgarbe

*Achillea millefolium*

- erreicht bis zu 1 m, weist stark gefiederte Blätter auf, ihre Blüten bilden einen doldenartigen Blütenstand mit den zentralen gelblich-weißen Röhrenblüten, die von weißen (selten rosa) Zungenblüten eingefasst werden
- Blütezeit Juni bis Oktober, als Nektar- und Futterpflanze wird sie von Hummeln und anderen Wildbienen, Fliegen und Käfern sowie einer Vielzahl von Schmetterlingsarten besucht
- Achillea geht auf den griechischen Helden Achill zurück, welcher die Schafgarbe der Legende nach zur Wundbehandlung einsetzte, die Worte mille (lat., tausend) und folium (lat., Blatt) verweisen auf die fein zerteilten Blätter
- sie produziert ähnliche ätherische Öle wie die Echte Kamille, ihre Berührung kann eine Kontaktallergie auslösen



Wiesen-Schafgarbe

# Gewöhnliche Wegwarte

## *Cichorium intybus*

- erreicht eine Höhe von 140 cm mit stark verästelter Wuchsform, die Stängelblätter weisen eine große Varietät auf, die Blütenköpfe haben einen Durchmesser von bis zu 5 cm und leuchten meist himmelblau, selten weiß
- Blütezeit Juli bis Oktober, wobei sich die Blüten nur einmalig vormittags öffnen, besucht wird die Wegwarte von Honig- und Wildbienen sowie diversen Fliegen-, Käfer- und Wanzenarten
- in historischer Zeit wurde ihre Wurzel zur Herstellung von Kaffeeersatz („Muckefuck“) genutzt, als wilde Verwandte des Chicorée- bzw. Radicchio-Salats wird sie gleichfalls als Salat konsumiert, zudem ist die Wegwarte seit dem Mittelalter als Heilpflanze bekannt, 2020 wurde sie zur Heilpflanze des Jahres ausgerufen



Wegwarte

zu 100 rosa bis violette Röhrenblüten, die randständig deutlich vergrößert sind

- Blütezeit Juni bis November, besucht wird die Wiesen-Flockenblume von vielen Schmetterlingsarten
- Blätter und Triebe haben einen bitterwürzigen Geschmack, die Blüten können frisch oder getrocknet zur Dekoration von Suppen, Salaten etc. verwendet werden

# Wiesen-Flockenblume

## *Centaurea jacea*

- bis maximal 120 cm Wuchshöhe, die Stängelblätter sind schmal und teils fiederlappig, die bis zu 4 cm breiten Blütenkörbchen tragen bis



Flockenblume

Wiesen-Salbei, Gewöhnlicher Dost und Gewöhnlicher Gundermann gehören zur Familie der Lippenblütler, deren Blüte an ein geöffnetes Mäulchen mit Ober- und Unterlippe erinnert:

## Wiesen-Salbei

*Salvia pratensis*

- Wuchshöhe bis zu 60 cm, lanzettförmige grundständige Blätter und violette Blüten, die sich in mehrere „Stockwerke“ verteilen (Scheinähre)
- Blütezeit Mai bis August, als Nektar- und Futterpflanze lockt sie Hummeln und zahlreiche Schmetterlingsarten an
- Salvia leitet sich vom lateinischen Wort *salvare* (heilen) ab und bezieht sich auf den seit dem frühen Mittelalter als Heilpflanze verwendeten Echten Salbei, Wiesen-Salbei ist als Wildgemüse zum Verzehr geeignet
- geführt auf der Vorwarnliste der Roten Liste, Bestände gehen nachweislich zurück

## Gewöhnlicher Dost

*Origanum vulgare*

- erreicht maximal 70 cm Höhe, die eiförmigen Laubblätter laufen spitz aus, die Blüten sind meist rosaviolett, selten auch weiß gefärbt



Wiesensalbei

Hugo Gabriel

- Blütezeit Juli bis September, die Bestäubung erfolgt durch Bienen, Hummeln, Wespen, Fliegen und sehr viele Schmetterlingsarten
- als Oregano oder Wilder Majoran ein gebräuchliches herb-aromatisches Küchengewürz



Dost

NABU/H. May

# Gewöhnlicher Gundermann

*Glechoma hederacea*

- bis maximal 60 cm Wuchshöhe, die nierenförmigen Stängelblätter sind grob gekerbt, die bis zu 3 cm langen Blüten wachsen in den Achseln der Laubblätter und sind blauviolett, rotlila oder weiß gefärbt
  - hederacea (lat.) bedeutet efeuartig
- und bezieht sich auf die Form der Laubblätter
- Blütezeit April bis Juni, als Nektarpflanze für Hummeln und diverse Schmetterlingsarten von Bedeutung
  - schon Hildegard von Bingen schrieb dem der „Gundelrebe“ heilende Wirkung zu, als Wildgemüse ist er für den menschlichen Verzehr in geringen Mengen geeignet



Gundermann

NABU/Robert Egeling

Die folgenden drei Arten zählen zur Familie der Wegerichgewächse:

## Großer Ehrenpreis

*Veronica teucrium*

- bis 100 cm Wuchshöhe, die eiförmige Blätter sind stark gezähnt, die himmelblauen Blüten stehen in einer aufrechten Traube
- Blütezeit Mai bis Juli, die Bestäubung erfolgt durch Bienen, Hummeln, Wespen und Fliegen, einige Schmetterlingsraupen fressen an der Pflanze
- in der Vorwarnliste (Rote Liste) geführt



Großer Ehrenpreis

## Gewöhnliches Leinkraut *Linaria vulgaris*

- bis 80 cm Wuchshöhe, längliche Laubblätter bis 5 cm Länge, die hellgelben Blüten tragen einen intensivgelben Wulst ähnlich einer Unterlippe mit einem orangegelben Fleck
- Blütezeit Juni bis Oktober, als Bestäuber sind vorrangig Hautflügler wie Wildbienen und -wespen aktiv, einige Schmetterlingsraupen fressen an der Pflanze
- Samen, Triebe und Blüten sind essbar, früher wurde sie als Heilpflanze verwendet, von den Kelten als Schutzkraut verehrt



Leinkraut

# Spitz-Wegerich

*Plantago lanceolata*

- bis 60 cm Wuchshöhe, die schmalen Blätter stehen in einer grundständigen Rosette zusammen, die walzenförmige Blütenähre ist eher unscheinbar
- Blütezeit Mai bis Oktober, besucht von Wildbienen, Fliegen und Käfern, eine Vielzahl von Schmetterlingsraupen frisst Pflanzenteile
- in historischer Zeit als Heilpflanze genutzt, wird sie bis in die heutige Zeit als Wildgemüse konsumiert, allerdings lösen seine Pollen bisweilen Allergien aus



Spitzwegerich

NABU/H.May

# Wilde Möhre

*Daucus carota*

- zweijährige krautige Art aus der Familie der Doldenblütler
- bis 100 cm Wuchshöhe, sie weist mehrfach gefiederte Blätter auf, ihre scheibenförmigen weißen Blüten stehen in einer vielstrahligen Dolde zusammen, die häufig in der Mitte eine einzelne schwarzpurpurne Blüte zeigt, die als „Scheininsekt“ fungiert, um weitere Bestäuber anzulocken
- Blütezeit Juni bis September, nachts krümmen sich die Doldenteile einwärts, Besucher sind u.a. Wildbienen und -wespen, Käfer-, Fliegen- und viele Schmetterlingsarten
- gilt als ein „Elternteil“ der Karotte, weist aber eine farblose Speicherwurzel auf, früher als Heilpflanze genutzt



Wilde Möhre

NABU/Robert Egeling

# Gewöhnlicher Hornklee

*Lotus corniculatus*

- krautige Pflanze, die zur Familie der Schmetterlingsblütler zählt, deren Blüte an einen Schmetterling mit zwei seitlichen Flügeln, dem mittigen Schiffchen und der nach oben gerichteten Fahne erinnert
  - erreicht eine Wuchshöhe von maximal 30 cm, die Blätter sind eiförmig mit bläulich-grüner Blattunterseite, mehrere intensiv gelbe Blüten stehen doldenartig zusammen, die Wurzeln können bis zu einem Meter tief in den Boden reichen (Pfahlwurzel)
  - Lotus (griech.) bezeichnet allge-
- mein kleeartige Pflanzen, *corniculatus* (lat.) bedeutet gehört und bezieht sich auf die Form der Schiffchenspitze
  - Blütezeit Mai bis September, wichtige Futterpflanze für Wildbienen und über 70 Schmetterlingsarten u.a.
  - Gewöhnlicher Hornklee ist in rohem Zustand für den menschlichen Verzehr ungeeignet, da die Blätter geringe Mengen an Blausäure enthalten, diese Cyanwasserstoffe entweichen allerdings beim Kochen (ohne Deckel!); er wird in der Pflanzenheilkunde als Mittel gegen Schlafstörungen und Rachenentzündungen beschrieben



Hornklee

NABU/Robert Egeling

# Echte Schlüsselblume oder Wiesen-Primel

*Primula veris*

- zur Familie der Primelgewächse gehörig
- erreicht bis 30 cm Höhe, die Laubblätter sind in einer grundständigen Rosette angeordnet und wie der Stängel flaumig behaart, der Blütenstand umfasst viele dottergelbe, stark duftende Blüten mit orangefarbenen Flecken (Saftmale) im Blütenschlund
- die Bezeichnung Schlüsselblume geht auf die Ähnlichkeit des Blütenstandes mit einem Schlüssel oder -bund zurück
- Blütezeit April bis Juni, als Raupenfutterpflanze und mit ihrem Nektar lockt sie neben Hummeln vor allem diverse Schmetterlingsarten an
- auf der Vorwarnliste (Rote Liste) geführt, nach Bundesnaturschutzgesetz besonders geschützt



Schlüsselblume

und matt graugrün, das flache Blütenköpfchen trägt bis zu 50 blauviolette Einzelblüten mit vergrößerten Randblüten

- Blütezeit Juli bis August, sie dient unterschiedlichen Wildbienen- und unzähligen Schmetterlingsarten als Futterpflanze
- benannt nach dem Arzt und Botaniker Christian Knaut (1654-1716), das lateinische Wort *arvensis* (zum Acker gehörend) verweist auf ihr historisches Vorkommen
- historische Heilpflanze, die herbwüzig Blätter können als Salat gegessen werden

# Acker-Witwenblume

*Knautia arvensis*

- der Familie der Geißblattgewächse zugeordnet
- bis zu 80 cm hoch, die Laubblätter sind lanzettförmig, fiederspaltig



Acker-Witwenblume

NABU/Alfons Krismann

# Acker-Glockenblume

*Campanula rapunculoides*

- krautige Art aus der Familie der Glockenblumengewächse
- bis 80 cm Höhe, eiförmige Blätter mit leichter Zähnung, bis zu 3 cm lange, nickende blauviolette Glockenblüten, die in einseitiger Traube ausgerichtet sind
- Blütezeit Juni bis September, die Bestäubung erfolgt durch Hummeln und andere Wildbienenarten
- Campanula (lat. Glocke) verweist auf die Form der Blüten, das Wort rapunculoides verweist auf ihre Ähnlichkeit zur Rapunzel-Glockenblume (*C. rapunculus*, lat. kleine Rübe)



Acker-Glockenblume

# Wiesen-Storchschnabel

*Geranium pratense*

- zur
- Familie der Storchschnabelgewächse gehörig
- bis 80 cm Wuchshöhe, die fiederspaltigen Blätter sind zusätzlich gezähnt, die Blüten sind bis zu 2,2 cm lang und hellblau bis blauviolett gefärbt
- Blütezeit Juni bis August, die Bestäubung erfolgt durch Hummeln und andere Wildbienen, wilde Wespen und Fliegen, einige Schmetterlingsraupen fressen an der Pflanze
- Blätter, Blüten und Samen können roh und gekocht verzehrt werden, die getrockneten Blüten sind auch als Bestandteil von Teemischungen beliebt



Wiesen-Storchschnabel

# Wilde Malve

*Malva sylvestris*

- mehrjährige Pflanze aus der Familie der Malvengewächse
- bis 125 cm Wuchshöhe, die gelappten Blätter sind efeuähnlich geformt, die Blüten sind fünfzählig, die rosavioletten Kronblätter werden von dunkleren Längsnerven durchzogen
- Blütezeit Juni bis Oktober, sie lockt Wildbienen, Wespen- und diverse Fliegenarten an
- sie wurde bereits in der Antike als Gemüse- und Heilpflanze kultiviert und gilt als eine der ältesten bekannten Nutzpflanzen



Wilde Malve

# Weißer Lichtnelke

*Silene latifolia*

- ein- oder zweijährige Pflanze, die zur Familie der Nelkengewächse zählt
- bis 120 cm Wuchshöhe, die bis zu 10 cm langen Blätter sind von länglicher Form und zugespitzt, die weißen Blüten duften besonders abends stark
- Blütezeit Juni bis September, sie ist insbesondere für Nachtfalter attraktiv
- Wurzel, Spross und Blüten werden in der Naturheilkunde verwendet



Lichtnelke

# Kleiner Wiesenknopf

## *Sanguisorba minor*

- krautiger Vertreter aus der Familie der Rosengewächse
- bis 100 cm Wuchshöhe, die Laubblätter sind gefiedert und in Form einer bodenständigen Rosette angeordnet, die rundlichen köpfchenförmigen Blütenstände sind grün-rötlich gefärbt
- Sanguisorba leitet sich von den lateinischen Worten sanguis (Blut) und sorbere (aufsaugen) ab und verweist auf die nachgewiesene blutstillende Verwendung insbesondere des Großen Wiesenknopfes, minor (lat.) bedeutet kleiner
- Blütezeit Mai bis August, die Bestäubung erfolgt durch Wildbienen und andere Insekten, einige Schmetterlingsraupen fressen an der Pflanze
- Wurzeln, Blätter, Triebe und Blüten sind roh genießbar, entfalten einen gurkenähnlichen Geschmack und können in kalten Getränken, Salaten und zum Würzen von Marinaden, Geflügel- und Fischgerichten eingesetzt werden; als „Pimpinelle“ ist er ein Bestandteil der Frankfurter Grünen Soße



Wiesenknopf

# Entwicklung eines Blühelementes

Die folgenden allgemeinen Schritte sollen die erfolgreiche Anlage eines Wildkräuterelementes unabhängig von Art und Größe erleichtern:

## Auswahl des Standortes

Zu Beginn gilt es zu ermitteln, ob bereits passender Raum zur Verfügung steht oder wo möglicherweise Platz geschaffen werden könnte. Der optimale Standort für eine Wildkräuterpflanzung ist sonnig gelegen, weist keine Staunässe auf und ist nicht durch den Einsatz von Düngemitteln oder Pflanzenschutzmitteln belastet.

## Auswahl der Zielarten

Anhand der eigenen Präferenzen, was Wuchshöhe, Blütenfarbe etc. anbelangt, sollten nun die anzusiedelnden Pflanzenarten festgelegt werden. Es gilt: Je größer das ausgewählte Artenspektrum, desto höher die spätere faunistische Biodiversität. Wichtig ist, dass nur heimische Arten wie die bereits vorgestellten Wildkräuter eingesetzt werden, die sich durch Anpasstheit an hiesige Bedingungen auszeichnen und die von ansässigen Tierarten aufgesucht werden. Gezüchtete Zierarten sind ungeeignet, da sie meist nur im Hinblick auf Größe und Schönheit der Blüte

designt werden, wichtige Eigenschaften gehen dabei oft verloren. So sind Arten mit „gefüllten“ Blüten zwar attraktiv, produzieren aber weder Nektar noch Pollen und sind somit als Nahrungspflanzen für Insekten und andere Tiere weitestgehend wertlos, eine eigendynamische Vermehrung ist somit ebenfalls ausgeschlossen.



Wilde Ecke im Garten

## Auswahl der Methode

Zur Begrünung des Standortes können die ausgewählten Arten entweder direkt ausgesät oder in Form von vorgezogenen Setzlingen ausgepflanzt werden, auch eine Kombination beider Methoden ist möglich. Die Menge an benötigtem Saatgut und/oder Setzlingen richtet sich dabei nach der Größe der zu begrünenden Fläche.

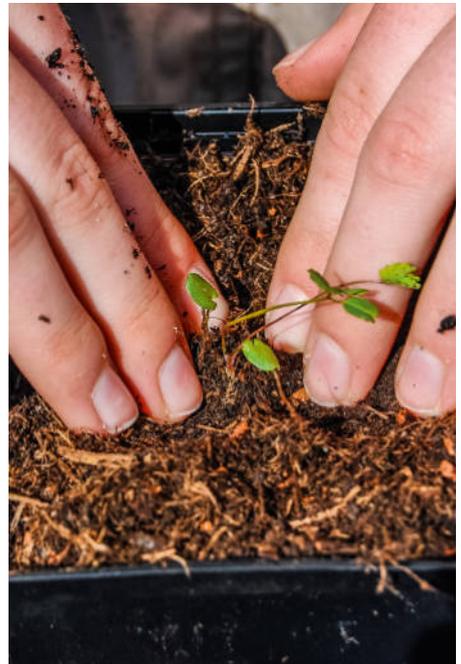
Sollen die ausgewählten Arten über direkte Aussaat angesiedelt werden, muss lediglich eine passende Saatgutmischung für die Fläche hergestellt werden, indem man das Saatgut der

Zielarten im festgelegten Mischungsverhältnis in einer Tasse oder einem Eimer mit einem Löffel, Stab o.Ä. vermischt. Vor der Aussaat kann man den Saatgutmix mit Sand, Sägemehl oder Getreideschrot strecken, das erleichtert die gleichmäßige manuelle Verteilung desselben.

Alternativ oder zusätzlich zur Aussaat kann die Fläche auch mit vorgezogenen Jungpflanzen in entsprechender Zahl bepflanzt werden. Diese werden in Idealfall selbst kultiviert, Näheres dazu im folgenden Abschnitt.



Aussaatschale



Gepflanzter Setzling

### Herkunft des Saatgutes und der Setzlinge

Die Verwendung von gebietseigenem Saatgut verspricht Pflanzen, die optimal mit den vorherrschenden Bedingungen in dem entsprechenden Naturraum zurechtzukommen. Eine Möglichkeit an solches heranzukommen, ist die eigenständige Sammlung von Samen oder Früchte. Außerhalb von Naturschutzgebieten ist die geringe Entnahme von Wildpflanzensaatgut ungeschützter Arten durchaus erlaubt, allerdings sollte man sich an bestimmte Regeln halten:

Die Erhaltung der Wildpopulation am Wuchsort hat immer oberste Priorität, deshalb dürfen maximal 20% der am entsprechenden Sammeltag reifen Samen geerntet werden. Nicht gestattet ist das Sammeln vollständiger Pflanzen. Die Samenreife ist erreicht, wenn die Samen eindunkeln, deren Hüllen trocken werden, sich dunkel färben oder aufspringen, doldige Samenstände werden komplett in dürrerem Zustand abgeschnitten.



Selbst gesammeltes Saatgut

Zum Transport und zur späteren Aufbewahrung der Samen oder Früchte eignen sich Papiertütchen (Butterbrottüten) oder Baumwollsäckchen, Plastiktüten oder -gefäße sind zwar praktisch, aber das Saatgut sollte zeitnah nach dem Sammeln entnommen werden, um ein Verschimmeln desselben zu vermeiden. Das gesammelte Saatgut sollte an einem trockenen, geschützten Platz

ausgebreitet werden, damit es trocknen und bedarfsweise nachreifen kann. Nach dem Trocknen kann das Saatgut aufbereitet werden, d.h. von Blüten-, Hüllen-, Schoten- oder sonstigen Pflanzenteilen befreit werden. Geringe Verunreinigungen sollten allerdings keine Auswirkungen auf den Keimungserfolg haben.



Saatgut zum Nachreifen ausgebreitet



Saatgut vorbereitet für die Lagerung

Alternativ zur Besammlung von Wildpopulationen ist auch der Kauf von Wildpflanzensaatgut in reiner Form oder als Saatgutmischung möglich. Dabei sollte man Anbieter bevorzugen, die naturraumtreues Saatgut anbieten, eine Liste mit entsprechenden Bezugsadressen findet sich am Ende der Broschüre.

Auch beim Kauf von Setzlingen sollte man gebietsheimische Arten auswählen oder diese einfach selbst „produzieren“. Die eigenständige Kultivierung nimmt zwar fraglos Arbeitszeit in Anspruch

und dauert einige Monate, da der Setzling vor der Auspflanzung eine gewisse Wuchshöhe und Robustheit erreichen muss. Allerdings bringt die „Eigenproduktion“ von Jungpflanzen einige Vorteile mit sich: Saatgut ist – wenn es nicht sowieso eigenhändig gesammelt wurde – finanziell günstiger und für manche Arten sicherlich einfacher zu erwerben als Setzlinge heimischer Wildkräuterarten, außerdem können bei der selbständigen Kultivierung bewusst torffreie Aussaat- und Pflanzertden verwendet werden.



Kultivierung von Setzlingen in Töpfen

Als Torf bezeichnet man die Humusschicht in Mooren, die im Verlauf eines mehrere Jahrtausende währenden Prozesses aus abgestorbenem Pflanzenmaterial entsteht. Im Gartenbau wird Torf aufgrund seiner enorm hohen Wasserspeicherkapazität bereits seit Jahrzehnten als weit verbreiteter Grundstoff/Basis für Kultursubstrate genutzt, allerdings erfordert dies die Trockenlegung von Mooren und die damit einhergehende unwiederbringliche Zerstörung dieser einzigartigen Biotope. Wie wichtig der Umstieg auf torffreie Produkte ist, verdeutlichen auch folgende Zahlen: Moore machen zwar weltweit nur ca. 3% der Landfläche aus, speichern aber mehr CO<sub>2</sub> als alle Wälder zusammen, sind also als Kohlenstoffsenken für den Klimaschutz unverzichtbar!

Mittlerweile bieten Baumärkte und Gartencenter diverse torffreie Kultursubstrate an, zudem steht eine ganze Reihe von Torfersatzstoffen wie Kompost, Rindenhumus oder Kokosfasern zur Verfügung, die statt Torf beigemischt werden können.



## Wussten Sie,

dass in Deutschland bereits 95% der ursprünglichen Moorlandschaften als zerstört gelten und mittlerweile verstärkt Moore im Baltikum zur Torfgewinnung herangezogen und so vernichtet werden?

Torffreies Gärtnern

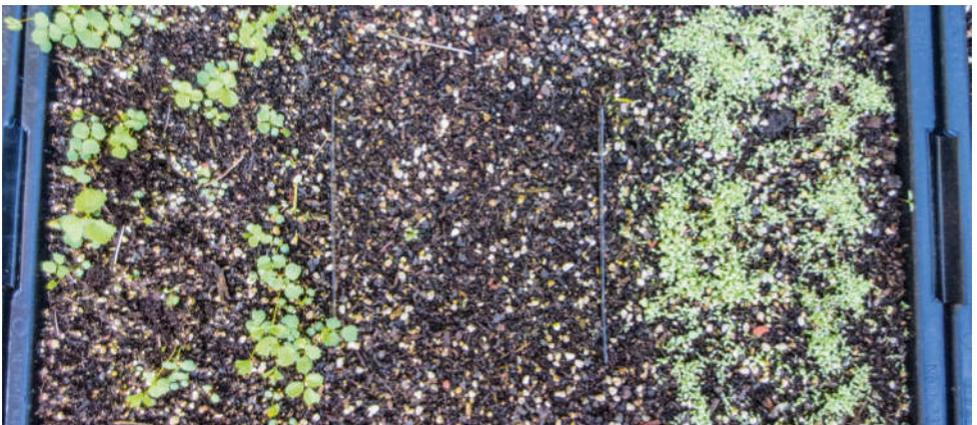
NABU/Sebastian Hennigs

Die Aussaat erfolgt in flachen Saatgutschalen, als Substrat sollte nährstoffarme Aussaaterde ohne Torf verwendet werden, die – vorab gesiebt oder zumindest gut aufgelockert – bis zur Oberkante des Auspflanzgefäßes aufgefüllt wird. Obenauf wird das artreine oder gemischte Saatgut locker und gleichmäßig verteilt, und zwar so, dass die einzelnen Samen mit geringem Ab-

stand frei liegen. Anschließend werden die Samen mit einem flachen, glatten Gegenstand, z.B. einer Maurerkelle, angedrückt und schließlich mit etwas Erde übersiebt. Diese Erdschicht sollte nicht dicker als der Samen selbst sein. In den nächsten Wochen sollte die Aussaatschale regelmäßig alle ein bis zwei Tage mit einer Sprühflasche befeuchtet werden.



Festdrücken des Saatguts



Aussaatschale mit Jungpflanzen

Haben die Keimlinge eine gewisse Größe erreicht, werden sie vereinzelt, man nennt diesen Vorgang Pikieren. Dazu werden Pflanztöpfe von ungefähr zehn bis zwölf Zentimeter Durchmesser benötigt, die bis zum Rand dicht mit Erde gefüllt werden. Sind die Keimlinge noch sehr fein, sollte wiederum aufgelockerte Aussaaterde genutzt werden, bei Keimlingen, die bereits einige Zentimeter groß sind, kann handelsübliche torffreie Pflanzerde oder eine Mischung aus Aussaat- und Pflanzerde eingesetzt werden. Mit einem alten Holzstift als Pikierstab wird ein Pflanzloch in die Erde gebohrt, das nicht ganz bis zum Boden des Töpfchens reichen sollte. Hiernach wird der Keimling mitsamt seiner Wurzel vorsichtig mit dem Pikierstift aus der Aussaatschale herausgelöst und so im

Pflanzloch positioniert, dass die Wurzel komplett darin verschwindet. Der Keimling wird am oberirdischen Sprosssteil gehalten, ohne ihn zu quetschen (deshalb hierfür bitte keine Pinzette benutzen!), und das Loch wird mit bereitgestellter Erde verfüllt. Schließlich wird der pikierte Keimling und die ihn umgebende Erde angedrückt. Mit einer Ballbräuse oder einer Gießkanne mit feinem Brauseaufsatz werden die Töpfe nun bis zur Auspflanzung gegossen. Wie häufig es nötig ist zu gießen, hängt von äußeren Faktoren wie der Umgebungstemperatur ab. Ist man unsicher, hilft die „Fingerprobe“: Dazu wird ein Finger am seitlichen Topfrand etwa drei Zentimeter tief in die Erde gesteckt. Fühlt sich die Erde dort trocken an, sollte gegossen werden.



Pikieren



Pikieren

## Vorbereitung der Fläche und Durchführung

Vor der Durchführung der Maßnahme wird die Fläche – also z.B. ein Beet, ein Streifen oder eine Raseninsel – abgesteckt, die bestehende Vegetation sollte deutlich zurückgenommen werden. Insbesondere für den Fall, dass eine Aussaat erfolgen soll, muss die ursprüngliche Pflanzendecke gänzlich entfernt

werden. Hiernach wird der Oberboden mit Hacke, Grubber und Harke aufgelockert, unterirdische Sprosssteile der ursprünglichen Vegetation sollten entfernt werden, dies reduziert die Konkurrenz für die Zielarten deutlich und schafft somit Raum sowie optimale Bedingungen für deren zukünftiges Wachstum.



Artenarmer Rasen mit gefrästem Streifen

Bei der Aussaat wird nun die vorbereitete Saatgutmischung gleichmäßig verteilt, danach gilt es, Kontakt zwischen Samen und Erde herzustellen; auf kleinem Raum – z.B. im Balkonkasten – wird dies durch manuelles Andrücken der Samen mittels einer Maurerkelle o.Ä., bei größeren Flächen durch mehrmaliges Ablaufen derselben erreicht. In Gefäßen kann das Saatgut mit etwas feiner Erde dünn übersiebt werden, auf freien Flächen ist dies eher unüblich.

Die Aussaatfläche sollte feucht gehalten werden. Um ein Abschwemmen der Samen zu vermeiden, wird die Aussaatfläche je nach Größe anschließend vorsichtig mit einer Sprühflasche, einer Blumenbrause, einer Gießkanne mit feinem Brausekopf oder einem Gartenschlauchsprüher bewässert, dies sollte in den folgenden Wochen regelmäßig alle ein bis zwei Tage wiederholt. Bei großen Flächen muss auf einen feuchten Witterungsverlauf gesetzt werden.



Aussaat

Bei der Auspflanzung von Setzlingen werden die in Töpfen vorgezogenen Jungpflanzen vorab auf der vorbereiteten Fläche verteilt. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass der Abstand zwischen einzelnen Pflanzen ca.  $\frac{1}{3}$  der Endhöhe der entsprechenden Art ausmachen sollte. Mit Schippe oder Spaten werden in entsprechender Anzahl Pflanzlöcher gebuddelt und gewässert. Die Jungpflanzen werden zusammen mit dem Erdballen vorsichtig aus dem Pflanztopf „geschüttelt“, das Substrat wird abgeklopft, bevor die Setzlinge in

die Löcher eingesetzt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass die Wurzel komplett im Pflanzloch verschwindet, ein Einkürzen derselben ist nur nötig, wenn sie sehr lang, bereits stark verästelt oder verfilzt ist. Danach wird das Pflanzloch mit Erde verfüllt, die Pflanze mit Hand oder Fuß fest angedrückt und wiederum gegossen.

Sollten Aussaat und Auspflanzung kombiniert werden, ist es ratsam, zuerst einzupflanzen, dann auszusäen und abschließend zu gießen.



Auspflanzaktion

Der optimale Zeitpunkt zur Aussaat der in dieser Broschüre vorgestellten Wildkräuterarten, die fast ausnahmslos zu den Warmkeimern zählen, ist im zeitigen Frühjahr. Zwei Arten, nämlich Echte Schlüsselblume und Wiesen-Storchschnabel, sind allerdings Kaltkeimer, d.h., der Keimung muss eine kalte Periode vorausgehen. Entweder kann man diese Arten bereits im Herbst

aussäen, um sie nachfolgend den niedrigen Wintertemperaturen auszusetzen, oder man legt die Samen vor der Aussaat für einige Tage in den Kühlschrank. Ausspflanzungen werden bevorzugt im Spätsommer oder Herbst durchgeführt, sind aber auch im Frühling möglich. Generell sollte in trockenen Phasen weder ausgesät noch ausgepflanzt werden.



Wiesen-Schlüsselblume



Wiesen-Storchschnabel

### Definition der Nachfolgepflege

Bei allen vorgestellten Maßnahmen ist die Nachfolgepflege recht überschaubar: Anfänglich müssen unerwünschte Arten ausgestochen oder bodennah abgeschnitten werden, dies ist jedoch im zweiten oder dritten Jahr nach der Aussaat oder Abspflanzung überflüssig, da die Zielarten verbleibende Freiräume zunehmend schließen und damit unerwünschter Vegetation Entwicklungsmöglichkeiten nehmen.

Der Rückschnitt oder das Mähen der Fläche sollte erst möglichst spät im Jahr erfolgen, denn einige Wildkräuterarten blühen spät und fruchten erst am Ende des Sommers. Im Idealfall wird das abgestorbene Pflanzenmaterial erst im zeitigen Frühjahr zurückgeschnitten, da

sich viele Wildbienen-, Schmetterlings- und Spinnenarten zur Überwinterung in die hohlen Pflanzenstängel zurückziehen. Einmal im Jahr allerdings sollte eine Wildkräuterfläche zurückgeschnitten werden, um spontan aufkommende Gehölze wie Büsche, Sträucher und Bäume zurückzudrängen, die ansonsten zu einer Beschattung und somit zur Verdrängung der Zielarten führen würden. Da Wildkräuter sehr sensibel auf ein Zuviel an Nährstoffen reagieren, wird das gemähte Material entfernt, zudem wird komplett auf künstliche Düngemittel verzichtet. Gedüngt werden kann bei Bedarf mit Kompost, Pflanzenschutz- und Schädlingsbekämpfungsmittel sind tabu.



Mähaktion

## Unterstützende Maßnahmen

Zusätzlich zur Entwicklung eines Blühelementes sind unterstützende Maßnahmen möglich, die insbesondere vielen Tieren Entwicklungsmöglichkeiten bieten:

- Lassen Sie eine „wilde Ecke“ zu, in der sich das Leben eigendynamisch entwickeln kann, und beobachten Sie, wie sich auf ungemähten Randstreifen Bodenbrüter ungestört zur Aufzucht ihrer Brut niederlassen und Schmetterlinge, Wildbienen und Spinnen in hohlen Stängeln von Pflanzen überwintern. Auch spät blühende Kräuterarten erhalten so die Möglichkeit auszusamen.
- Ein Steinhaufen ist einfach zu gestalten und bietet verschiedenen Echtenarten Sonnenplätze, Versteck- und Eiablagemöglichkeiten, auch viele Insekten, Spinnen,

Amphibien und Säuger suchen Steinhaufen zum Schutz vor Fressfeinden auf. Unter Reisig- und Laubhaufen finden Igel, Siebenschläfer, Spitzmäuse und Kröten nicht nur im Winter Unterschlupf.

- Totholzzecke und Komposthaufen offerieren Insekten, Spinnen, Weichtieren und unzähligen Kleinstlebewesen Lebensraum, aber auch Moosen, Flechten und Pilzen finden hier Möglichkeiten sich anzusiedeln.
- Stellen Sie eine Wassertränke auf, um Vögeln, Eichhörnchen und Insekten Trinkwasser zur Verfügung zu stellen, Vögel nutzen diese auch gern zum Baden. Von der Anlage einer Lehmputze profitieren Schwalben und Wildbienen, die Lehm zum Bau ihrer Nester bzw. zum Verschließen ihrer Niströhren benötigen.



Totholzzecke

- Die Anlage eines Teiches mit Flachwasserzone bietet vielen Wasserorganismen Entfaltungsmöglichkeiten, mannigfaltige Wasserpflanzen machen ein solches Biotop zu einem attraktiven Hingucker und gerade Amphibien finden hier Laichplätze, viele Libellen- und andere Insektenarten sind am Teich anzutreffen.
- Statt einem grauen Sichtschutzaum oder einer Betonmauer wartet eine Hecke oder Trockenmauer mit Rückzugs- und Nistmöglichkeiten für Vögel auf. In den Nischen, Ritzen und Fugen einer Bruchsteinmauer, die ohne Mörtel gesetzt ist, finden sich Verstecke und Sonnenplätze für Insekten, Reptilien, Vögel u.a., die Früchte von Hecken dienen



Große Wildbienenhilfe

vielen Tieren als Nahrung.

- Auch der Anbau alter Gemüse- oder Obstsorten wirkt sich positiv auf die Biodiversität in ihrem Umfeld aus. Lassen Sie einige Früchte für Wildtiere hängen!
- Das Aufstellen von Insektenhilfen für Wildbienen, Florfliegen, Ohrwürmer u.a., das Anbringen von Vogelnisthilfen oder Fledermauskästen und das Platzieren von Unterkünften für Überwinterungsgäste wie Siebenschläfer und Igel bringt weiteres Leben in „ihren“ Lebensraum.

Weiterführende Tipps zu naturnahen Gartengestaltung finden Sie am Ende dieser Broschüre.



Meisenkasten

NABU/Eric Neuling

# Bezugsquellen von gebietseigenem Saatgut und heimischen

## Wildpflanzen

- [www.rieger-hofmann.de](http://www.rieger-hofmann.de) (Wetzlar)
- [www.gaertnerei-strickler.de](http://www.gaertnerei-strickler.de) (Alzey-Heimersheim)
- [www.appelswilde.de](http://www.appelswilde.de) (Darmstadt)
- [www.lebensinseln-shop.de](http://www.lebensinseln-shop.de) (Pörnbach)
- [www.saaten-zeller.de](http://www.saaten-zeller.de) (Riedern)
- [www.ahornblatt.de](http://www.ahornblatt.de) (Mainz)
- [www.saatkontor.de](http://www.saatkontor.de) (Bremen)



## Quellen

- [www.spektrum.de/lexikon](http://www.spektrum.de/lexikon) (diverse Lexika)
- [www.floraweb.de](http://www.floraweb.de)
- [www.hortipendium.de](http://www.hortipendium.de)
- [www.pflanzen-vielfalt.net](http://www.pflanzen-vielfalt.net)
- [www.wildfind.com](http://www.wildfind.com)
- [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de) bzw. [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)



## Weiterführende Links

- [www.nua.nrw.de](http://www.nua.nrw.de) → Medienshop: 1. Broschüre\_Naturgarten praktisch – Infoblätter zur naturnahen Gestaltung, Nutzung und Pflege von Gärten; 2. Flyer\_Blühende Vielfalt im Vorgarten – Alternativen zu Schotter und Kies
- [www.nabu.de](http://www.nabu.de) → Schritt für Schritt zum Naturgarten, Mehr Freude am Garten – machen Sie sich einen schönen Sommer!
- Infomaterialien, Bücher und Nisthilfen erhältlich im [www.nabu-shop.de](http://www.nabu-shop.de)
- [www.naturgarten.org](http://www.naturgarten.org)
- [www.naturgarten-anlegen.de](http://www.naturgarten-anlegen.de)



# Impressum

Das NABU-Zentrum Rheinauen führte bis zum Jahr 2024 das Projekt Wildkräuterbotschafter im Auftrag der Landeszentrale für Umweltaufklärung Rheinland-Pfalz durch.

© 2024

3. Auflage 07/2024

1.500 Exemplare

NABU-Zentrum Rheinauen  
Mainzer Straße 302  
55411 Bingen  
Telefon: +496721-35091-60  
kontakt@nabu-rheinauen.de  
<https://www.nabu-rheinauen.de>

## Redaktion

Daniela Schaefer-Krolla

## Layout

Hendrik Kraß

## Fotos

Falls nicht anders angegeben: NABU-Zentrum Rheinauen

## Druck

wirmachendruck.de, gedruckt auf Recyclingpapier, FSC-zertifiziert

[www.wildkraeuterbotschafter.de](http://www.wildkraeuterbotschafter.de)