



Botanisches Zeichenheft

Verein Essbare Stadt e.V.



Quellen

Mannfried Pahlow: GU Kompass
Kräuter und Wildfrüchte

www.kraeuter-buch.de

www.gartenforum.de

Wie benutzt man das Zeichenheft?

Schön, dass du Lust hast, das Zeichenheft auszuprobieren! Es enthält Kurzportraits von zehn verschiedenen Pflanzenarten. Einige davon kennst du vielleicht bereits. Für jede Art ist eine Doppelseite vorgesehen. Auf der einen Seite findest du eine Beschreibung der jeweiligen Pflanze, auf der anderen ist Platz für deine eigene Zeichnung. Keine Sorge, die Zeichnung muss nicht perfekt sein. Wichtig ist vor allem, dass du alle Merkmale der Pflanze festhältst, so dass du sie beim nächsten Mal wieder erkennst. Auf diese Weise kannst du dein eigenes Pflanzen-Bestimmungsbuch anlegen.

Warum mache ich nicht einfach ein Foto?

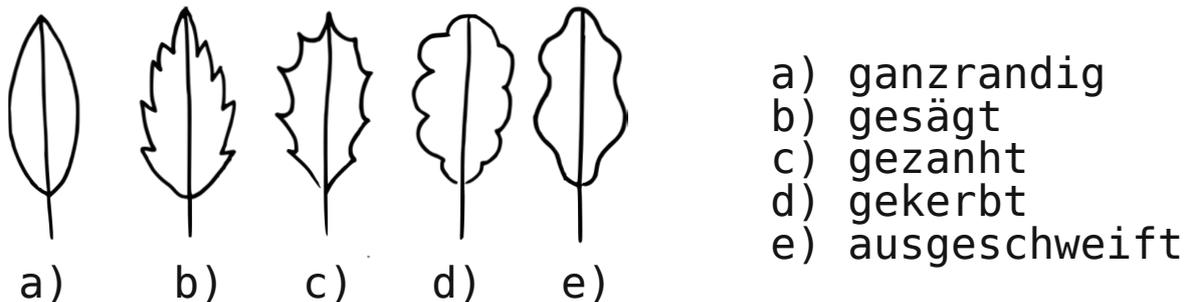
Es ist in der Regel besser, Bestimmungsbücher zu benutzen, die Zeichnungen statt Fotografien enthalten. Denn im Gegensatz zum Foto schafft es eine Zeichnung alle relevanten Bestimmungsmerkmale einer Art darzustellen und gleichzeitig über die Eigenarten des einzelnen Individuums hinwegzusehen. Eine Zeichnung kann auch mehrere Vegetationsstadien an einer einzigen Pflanze vereinen, z.B. Blüte und Frucht. So lässt sich die Pflanze zu jedem Zeitpunkt der Vegetationsperiode sicher bestimmen.

Es kann natürlich trotzdem hilfreich sein, ein Foto von einer Pflanze zu machen, wenn du sie entdeckst. So kannst du zum Beispiel gut festhalten, wenn du mal ein Exemplar siehst, das etwas anders aussieht als der Durchschnitt. Auch kannst du zu verschiedenen Jahreszeiten Fotos machen und zu Hause in Ruhe in dein Heft abzeichnen.

Tipps zur Pflanzenbestimmung

Einige Pflanzenarten können sich stark ähneln. Nehmt euch deshalb Zeit, die Pflanze sicher zu bestimmen. Wie sehen ihre Blätter aus? Spitz? Rund? Zackig? Wie dick ist der Stiel? Wie groß oder klein sind die Blüten? Hat sie vielleicht ein Muster oder Streifen?

Hier seht ihr zum Beispiel verschiedene Blattränder:



Aber nicht nur die Blattränder, auch die Blätter können unterschiedliche Formen haben. Ebenso unterscheiden sich Pflanzen in ihrer Wuchsform und Größe. Wächst sie als Kraut, als Strauch oder als Baum?

Übrigens: Alle Pflanzen haben neben ihren deutschen Bezeichnungen, die teilweise regional verschieden sind, auch einen internationalen botanischen Namen. Der botanische Name setzt sich aus zwei Teilen zusammen: Der Gattungsbezeichnung und der Artbezeichnung.

Bei der Linde werdet ihr die Abkürzung spec. (lateinisch für "species") an Stelle des Artnamens entdecken. Die Abkürzung dient als Platzhalter, da ihr sowohl die Blüten der Sommerlinde (*Tilia platyphyllos*) wie auch der Winterlinde (*Tilia cordata*) sammeln und nutzen könnt.

Tipps zum Zeichnen

- Nutze mehrere Individuen als Grundlage für deine Zeichnungen. Die einzelnen Merkmale vereinst du dann in einer einzigen Zeichnung
- Schau dir die Pflanzen in Ruhe an, bevor du beginnst zu zeichnen
- Zeichne dich ein bisschen warm, indem du ein paar grobe Skizzen der Pflanze machst, die du zeichnen willst. Dann hast du auch schon einen ersten Eindruck davon, wie sie aufgebaut ist
- Sorge für eine feste Zeichenunterlage und ausreichend Licht
- Nutze auch farbige Stifte oder Wasserfarben, so kannst du mehr Details der Pflanze festhalten. Häufig hat z.B. die Blattoberseite eine andere Farbe als die Blattunterseite

Tipps zum Sammeln und Verarbeiten

- Nur die jungen und frischesten Triebe ernten. Gerade junge Triebe und Blätter enthalten viele Vitamine und andere gesunde Stoffe
- Nimm einen Korb mit, damit deine gesammelten Schätze nicht zerdrückt werden
- Früchte und Pflanzenteile kann man durch Einkochen, Einfrieren oder Trocknen haltbar machen
- Generell gilt: alle gesammelten Pflanzenteile solltest du vor dem Verzehr gründlich waschen

Die hier aufgeführten Pflanzen können deine Gesundheit unterstützen. Sie ersetzen im Ernstfall jedoch keine medizinische Behandlung. Bei ernsthaften oder unklaren Beschwerden solltest du also auf jeden Fall deine Ärztin oder deinen Arzt um Rat fragen!

Große Brennnessel

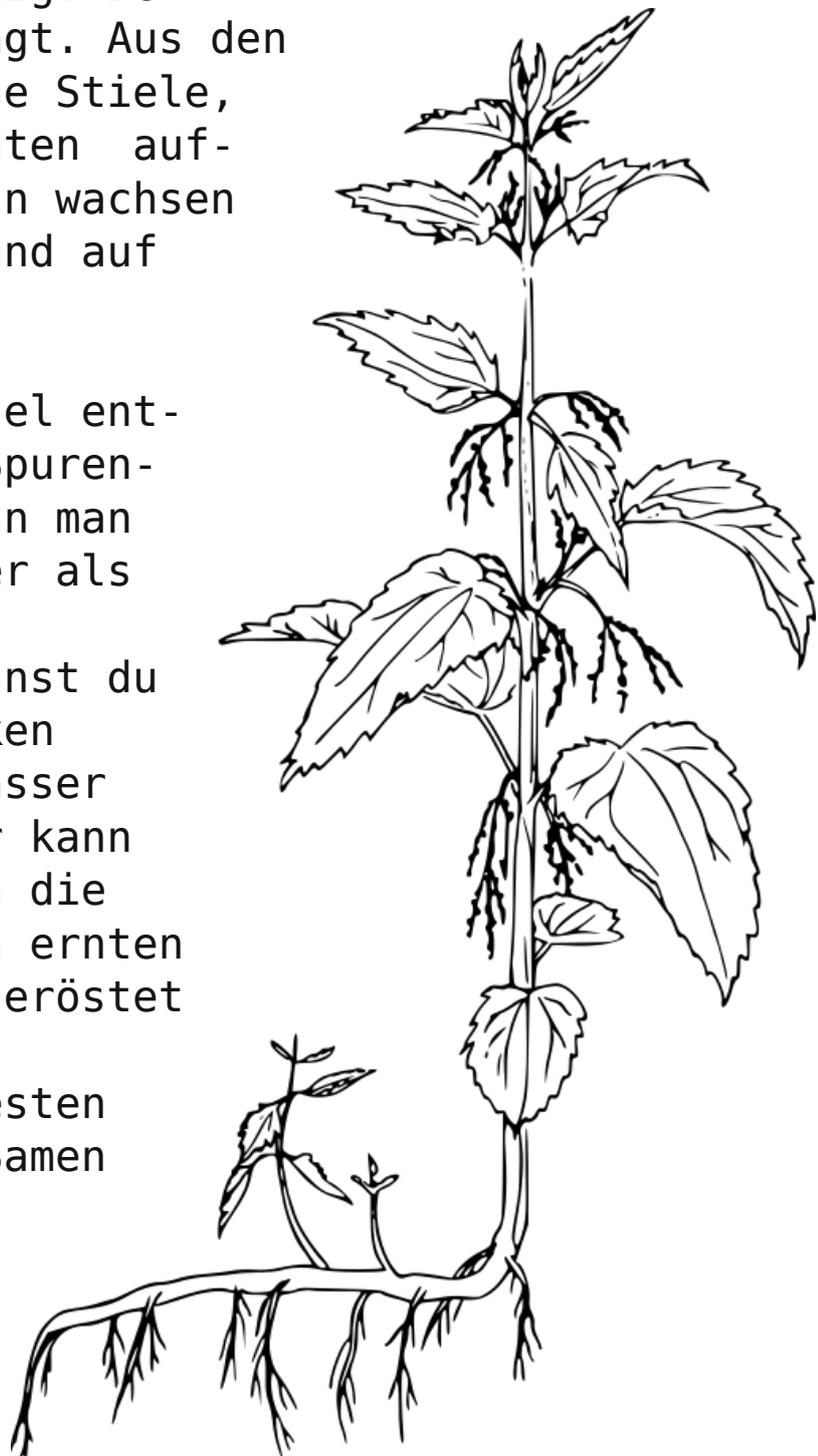
Urtica dioica

Für viele
Schmetterlingsraupen
ist die Brennnessel
eine wichtige
Futterpflanze

Die Brennnessel wird bis zu 1,50 m hoch. Ihr Stängel und ihre Blätter sind mit Brennhaaren überzogen. So schützt sie sich vor Fraßfeinden. Die Blätter der Brennnessel sind herzförmig. Der Blattrand ist leicht gesägt. Aus den Blattachseln wachsen feine Stiele, an denen die winzigen Blüten aufgereiht sind. Brennnesseln wachsen an Wald- und Wegrändern und auf Schutthalden.

Verwendung: Die Brennnessel enthält viele Vitamine und Spurenelemente. Die Blätter kann man wie Spinat zubereiten oder als Salat verwenden. Damit es nicht brennt im Mund, kannst du die Blätter leicht anwelken lassen oder mit heißem Wasser übergießen. Junge Blätter kann man zu Tee trocknen. Auch die Blüten und Samen kann man ernten und zum Beispiel leicht geröstet über Salate streuen.

Blätter sammelst du am besten im Mai/Juni, Blüten und Samen ab Juli.



Urtica dioica

Brombeere

Rubus fruticosus

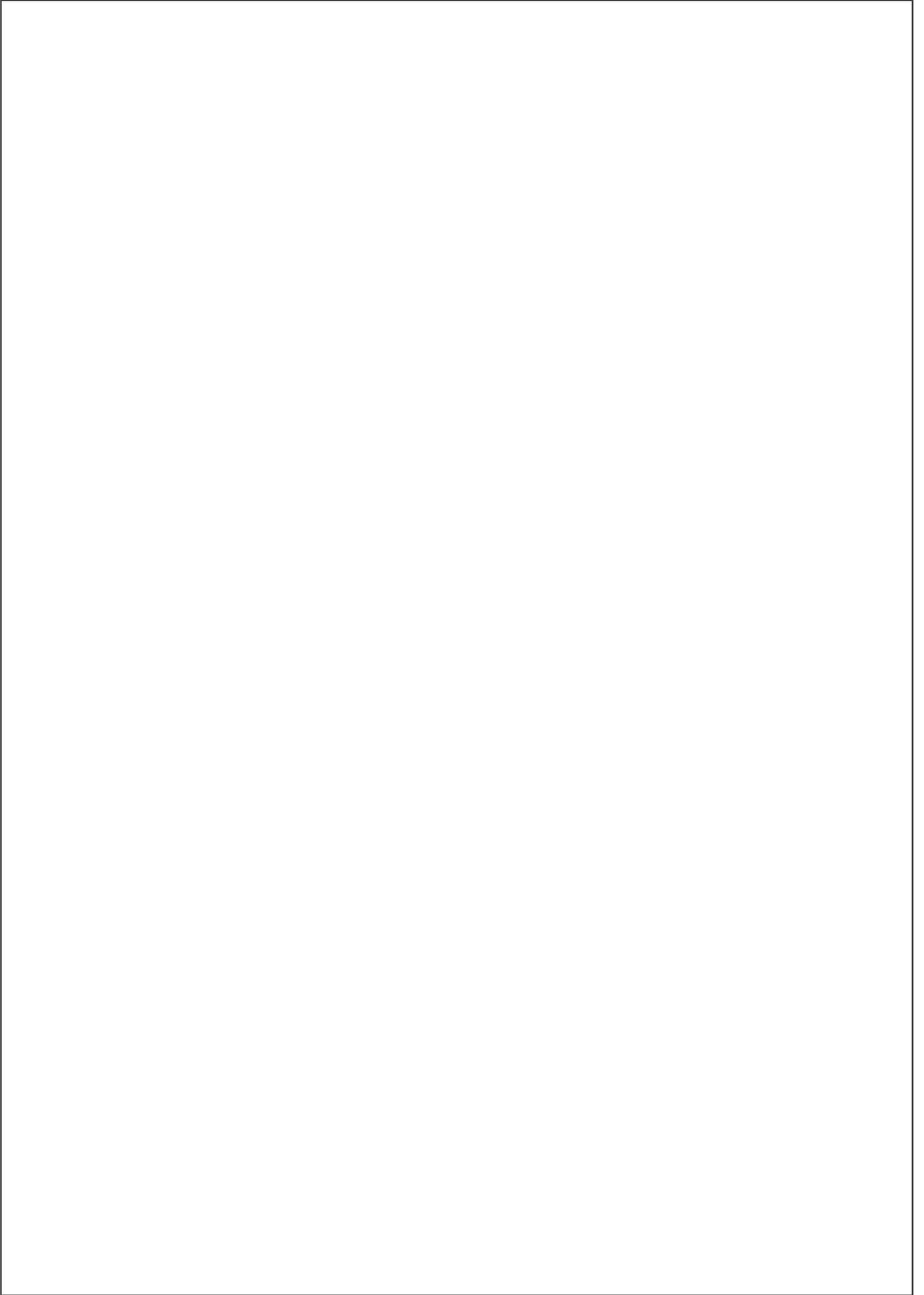
Die Brombeerpflanze kann bis zu 2 m hoch werden, oft rankt sie auch an Gebüsch

empor. Die gezahnten Blätter haben einen stacheligen Stiel, und auch der Stängel

der Brombeere verfügt über Stacheln. Junge Triebe sind hellgrün, ältere Stängel haben mitunter eine rötlich-braune Färbung. Die Blüten sind weiß. Die reifen Früchte haben eine blau-schwarze Farbe. Brombeersträucher wachsen auf Lichtungen im Wald, und an Weg- und Waldrändern.



Verwendung: Die reifen Früchte kennst du sicherlich schon. Sie sind roh sehr lecker, man kann sie aber auch zur Marmelade, Gelee oder Saft verarbeiten. Warmer Brombeersaft hilft bei Erkältungen gegen Husten und Heiserkeit. Neben den Früchten kann man auch die jungen Blätter sammeln und trocknen. Als Tee wirken sie reinigend und helfen außerdem bei Durchfall und Blasenentzündung. Die Blätter lassen sich von April bis September, die Beeren von August bis Oktober sammeln.



Rubus fruticosus

Gänseblümchen

Bellis perennis

Die Blätter des Gänseblümchens bilden dicht am Boden eine Rosette, aus der sich die bis zu 15 cm langen Blühstängel erheben. Die Stängel sind blattlos und leicht behaart. An ihrem Ende sitzt ein einzelnes Blütenköpfchen. Die gelbe Mitte der Blüte ist von weißen Blütenblättern umgeben, die an der Unterseite häufig rötlich-pink gefärbt sind. Auch die jungen Knospen haben meist eine pinke Farbe. Gänseblümchen sind auf Rasen, Wiesen, sowie an Weg- und Waldrändern zu finden. Sie blühen fast das ganze Jahr hindurch. An Regen- oder Nebeltagen schließen sie ihre Blüten.

Verwendung: Im Frühjahr kann man die frischen Blätter als Bestandteil von Salaten verwenden oder fein gehackt als Dekoration über Suppen und andere Gerichte geben. Die Blätter regen den Stoffwechsel an. Genauso gut kann man aber auch die Blüten und vor allem die Knospen verwenden. Sie sehen sehr dekorativ aus und haben einen feinen Geschmack. Mit ihnen kannst du auch leckere Quark- oder Butterbrote belegen! Aus den getrockneten Pflanzenteilen der Gänseblümchen kann man einen Tee zubereiten, den man äußerlich bei schlecht heilenden Wunden oder Hautausschlägen für Umschläge nutzen kann.



Bellis perennis

Hirtentäschelkraut

Capsella bursa-pastoris

Das Hirtentäschelkraut wächst entlang von Wegen, auf Äckern und Schuttplätzen und ist häufig auch im Hausgarten zu finden. Die Pflanze wird zwischen 5 und 40 cm hoch. Am Grund der Pflanze finden sich die fiederförmigen und als Rosette angeordneten Grundblätter. Der Stängel ist einfach oder verzweigt. Die Blätter sind pfeilförmig und stängelumfassend. Die weißen Blüten sind in einer Dolde am Ende des Stängels angeordnet. Die Pflanze bildet herzförmige bis dreieckige Schötchen aus.

Verwendung: Die jungen und Vitamin C-reichen Blätter eignen sich im Frühjahr als würziger Salatbestandteil. Man kann die gesamte Pflanze ernten und trocknen. Als Tee lässt sie sich sowohl innerlich zur Förderung der Verdauung anwenden, als auch äußerlich zur

Behandlung von Wunden und Ekzemen. Das Hirtentäschelkraut hat eine blutstillende Wirkung.



Zwar kann man das Kraut das ganze Jahr hindurch sammeln und verwenden, im Frühling ist es jedoch am vitaminreichsten und sollte daher vor allem zu dieser Jahreszeit gesammelt werden.

Capsella bursa-pastoris



Linde

Tilia spec.

Die Linde ist eine Baumart, die bis zu 25 m hoch wird. Charakteristisch sind ihre herzförmigen Blätter und ihre duftenden Blüten im Juni. Die Blüten sind hellgelb und sitzen am Ende eines Stiels mit hellgrünem Schirmchen.

Die Linde gehört zu den Baumarten, die in Deutschland am ältesten werden. Vielleicht findet man sie deshalb häufig auf Dorfplätzen. Unter ihnen wurde in früheren Jahrhunderten Gericht gehalten.

Verwendung: Die Blütenstände sollten kurz nach Beginn der Blütezeit im Juni geerntet und direkt getrocknet werden. Der leckere Tee wirkt schweißtreibend und unterstützt so bei Fieber. Mit seiner Hilfe können aber auch aufkommende Erkältungen abgefangen werden.

Tilia spec.

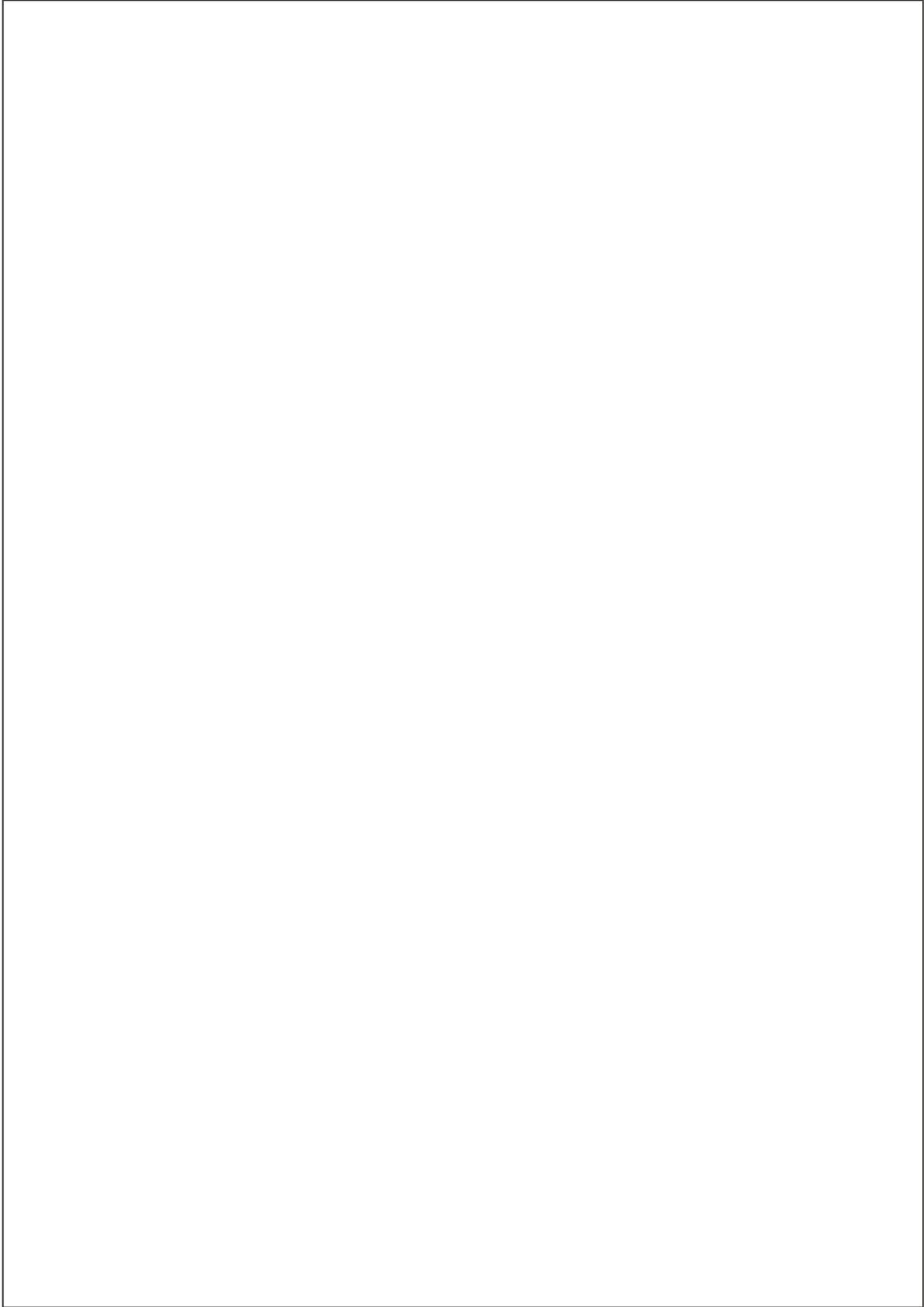
Gemeiner Löwenzahn

Taraxacum officinale



Die sehr unterschiedlich gezahnten, gelappten oder eingeschnittenen Blätter des Gemeinen Löwenzahns sind zu einer grundständigen Rosette geordnet. Der Blühstängel ist kahl oder schwach behaart. Die gefüllten Blüten sind leuchtend gelb. Der Löwenzahn wächst an Wegrändern, auf Weiden, Streuobstwiesen und in Gärten, oft dort, wo der Boden besonders verdichtet ist.

Verwendung: Die frischen Blätter kann man als Salat zubereiten. Sie wirken entwässernd und reinigend. Um den herben Geschmack abzumildern, kann man den Löwenzahn vor dem Verzehr zwei Stunden lang in warmes Wasser legen. Löwenzahntee aus den getrockneten Blättern und Wurzeln wirkt gegen Frühjahrsmüdigkeit und Gelenksbeschwerden.



Taraxacum officinale



Schwarzer Holunder

Sambucus nigra

Der Holunderstrauch wird bis zu 7 m hoch und ist in Hecken, an Waldrändern und an Flussufern zu finden. Die Blätter sind gefiedert. Die vielen kleinen, weißen Blüten stehen in sogenannten Trugdolden zusammen. Sie verströmen einen starken Duft. Die reifen Früchte sind schwarz-violett und kugelig mit rotem Stiel.

Verwendung: Achtung!!! Im rohen Zustand sind die Beeren (sowie Blätter und Rinde) leicht giftig. Man kann sie jedoch sehr gut zu Saft pressen und einkochen oder zu Gelee weiter verarbeiten. Holundersaft unterstützt bei Rheuma und heiß auch bei Erkältungen. Aus den Blüten lässt sich Sirup kochen oder man verarbeitet sie zu Küchlein weiter. Getrocknet kann man sie auch als Tee verwenden, der bei Erkältungen schweißtreibend wirkt und so zur Genesung beiträgt.

Blüten kann man von Mai bis Juli, reife Früchte im Herbst sammeln.

Sambucus nigra

Spitzwegerich

Plantago lanceolata

Der Spitzwegerich hat schmale, längsgerippte Rosettenblätter. Die Blütenstände sind kugel- bis walzenförmig. Sie finden sich an der Spitze des bis zu 40 cm langen, aufrechten Stängels. Spitzwegerich ist eine typische Wiesenpflanze, aber auch auf Weiden und an Wegrändern zu finden.

Verwendung: Die getrockneten Blätter eignen sich sehr gut für einen Hustentee. Bei Mückenstichen kannst du die frischen Blätter zwischen den Fingern zerreiben und auf die juckende Stelle geben. Vor der Blüte eignen sich die jungen Blätter vorzüglich als Gemüse oder Salat.



Plantago lanceolata

Wusstet ihr,
dass das, was wir
als "Beeren" ernten
in Wahrheit Scheinfrüchte
sind? Es handelt sich um den
verdickten Blütenboden der
Erdbeerblüten. Die eigentlichen
Früchte sind die
punktförmigen Samen, die
auf den Beeren
sitzen.

Walderdbeere

Fragaria vesca

Die Blätter der Walderdbeere sind langgestielt und dreiteilig. An der Oberseite sind sie hellgrün glänzend. Die Blüten haben weiße Blütenblätter und sind in der Mitte gelb. Walderdbeeren wachsen an Waldrändern und Gebüsch. Man findet sie häufig auch in Hausgärten.

Verwendung: Die Früchte könnt ihr roh essen, einmachen oder trocknen. Aus den getrockneten Blättern kann bei Darmstörungen/Durchfall ein Gesundheitstee hergestellt werden.



Fragaria vesca

Weißer Taubnessel

Lamium album



Die Taubnessel wird bis zu 40 cm hoch und hat einen Stiel, der im Querschnitt viereckig aussieht. Die Blätter sind am Rand grobgesägt und auf Ober- und Unterseite fein behaart. Die weißen Blüten sitzen quirlförmig in den Blattachseln. Blüten und Blätter können von Mai bis August an Hecken und Feldrändern gesammelt werden. Neben der weißen Taubnessel gibt es noch eine Reihe anderer ähnlich aussehender Taubnesseln. Gemein ist ihnen, dass ihre Haare im Gegensatz zu denen der Brennnessel, mit der man sie manchmal auch verwechselt, nicht brennen.

Verwendung: Blätter und Blüten gekocht als Gemüse, roh als Salatbeigabe. Getrocknet als Tee.

Lamium album

Hier hast du Platz für weitere Zeichnungen von Pflanzen, die du dir gerne merken möchtest:

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing plants. The box is oriented vertically and occupies most of the page's width and height.



Impressum

Text und Gestaltung
Josefine Neuhäuser

Druck
**Hayn Druckwerkstatt
Kassel**

Kontakt
**KlimaKOSTmobil
Essbare Stadt e.V.
Friedrich-Ebert-Str. 149
34119 Kassel
klimakost@essbare-stadt.de**