

TAGBLATT

30. August 2017, 07:31 Uhr

Geliebt und doch unterschätzt



Inbegriff des Frühlings- und Glücksgefühls: Eine Wiese voller Gänseblümchen. Doch das Margritli schmeckt auch im Risotto gut. (Bild: Bild: Martin Rügner/Getty)

Das Gänseblümchen ist schön anzusehen. Und doch viel mehr als das: Es soll auch als Heilpflanze taugen und Gesundheit bringen. Wer nicht daran glaubt, macht daraus eine Suppe.

DIANA HAGMANN-BULA

Das Gänseblümchen, es steht für das Liebliche. Ausser bei jenen, die von einem englischen Rasen träumen, obwohl sie in der Landwirtschaftszone wohnen. Doch das Gänseblümchen oder Margritli oder Geissenblümchen, das Massliebchen oder Tausendschön oder wie immer es noch heisst, kann viel mehr als hübsch auszusehen. Es soll gut gegen Hautausschlag sein, bei Erkältung helfen, man kann es zerdrückt auf die Haut geben oder als Tee trinken. Das Gänseblümchen rege die Verdauung an, lindere Kopfweg und vertreibe Schlaflosigkeit, heisst es beim deutschen Naturheilverein Theophrastus. Dieser Verein hat das Margritli zur Heilpflanze 2017 ernannt. Schon der Schweizer Kräuterpfarrer Johann Künzle (1857–1945) hat geraten: «Eine Prise soll man jeder Mischung Kindertee beifügen.» Er pries die Blume als Heilmittel für Schwächezustände und Durchfall an.

«Wissenschaftlich erwiesen ist nichts»

Martin Koradi, Dozent für Phytotherapie und Anbieter von Kräuterwanderungen, hinterfragt diese Empfehlung: «Es gibt Hunderte von Ursachen für einen Schwächezustand. Und bei allen soll das Gänseblümchen helfen?» Zwar enthalte die Pflanze sogenannte Saponine, die möglicherweise schleimlösend bei Husten wirken. «Eine Eigenschaft, die der Volksmund überliefert hat. Wissenschaftlich erwiesen ist nichts.» Spaziert der 60-jährige Winterthurer mit einer Gruppe durch das Grüne, ist das Margritli dennoch Thema. «Man muss die Natur ja nicht nur unter dem Punkt der Nützlichkeit betrachten.» Er erzählt dann von einem alten Ritual: Beisst man die ersten drei Gänseblümchen, die man nach dem Winter erblickt, mit

dem Mund ab, statt sie von Hand zu pflücken, soll das Gesundheit fürs ganze Jahr bringen. «Der Mensch hat den Frühlingspflanzen schon immer eine höhere Kraft zugeschrieben als jenen, die später blühen.»

Und wer sich fragt, weshalb die Blütenspitzen des Margritlis neckisch rosarot gefärbt sind, bekommt von Koradi ebenfalls eine Antwort: «Es gab mal einen Schönheitswettbewerb unter den Pflanzen. Das Gänseblümchen siegte und war so verlegen, dass es rot wurde.»

Das Gänseblümchen ist der Roger Federer der Wiese. Jeder liebt es, und zwar von klein auf. Kinder pflücken die Blümchen, ketten sie zusammen, um danach wie Prinzessinnen und Prinzen mit Blumenkrone über die Wiese zu stolzieren. Hält das natürliche Diadem dem Spiel nicht stand, landen die Blüten in der Suppe: etwas Dreckwasser, Margritli obendrauf, mehr braucht es nicht für ein imaginäres Mahl, das die ganze Strasse satt macht. Verliebte erhoffen sich vom Margritli Antwort auf ihr Gefühlswirrwarr. Wird das etwas mit uns? Doch nicht? Andere kauen einfach auf dem Stiel herum. Das unterstützt beim Grübeln, beim Träumen, beim Philosophieren. Das Gänseblümchen ist einfach in der Form und gerade deshalb so schön. Es vermehrt sich rasch, wächst unermüdlich nach, man freut sich darüber. Den Storchenschnabel hingegen verwünscht man, obwohl er nichts anderes tut.

Spektakel auf dem Risotto

Doch das zurückhaltende Margritli trägt. Es gedeiht auch auf 2000 Metern über Meer unbekümmert. Tritt man drauf, ist es nicht geknickt, sondern richtet sich wieder auf. Zudem ist es ziemlich clever. «Es hat sich biologisch angepasst», sagt Koradi. Die Blätter des Gänseblümchens haften nicht am Stängel, sie schmiegen sich als Rosette fest an den Boden. Ein Tier mag den Blütenkopf zerfressen, ein Rasenmäher mag ihn zerstückeln, die Blätter aber bleiben von Tier und Maschine unbehelligt. Aus ihnen erneuert sich das Gänseblümchen wieder. Und wie bei fast allem gilt auch hier: Die Dosis macht das Gift. Wer zu viel Margritli konsumiert, den können Übelkeit, Erbrechen, Durchfälle und Krämpfe plagen, wie die Informationszentrale gegen Vergiftungen Bonn warnt.

Davon lässt sich eine bestimmt nicht abschrecken: Meret Bissegger, ehemalige Wirtin und Wildpflanzen-Expertin. An ihren Kochkursen im Tessin ist das Gänseblümchen nur eine von 60 Pflanzen, die auf den Teller kommen. Bissegger macht Gänseblümchensuppe, sie mischt die Blüten mit Butter, streicht sie aufs Brot. Oder legt die Blumen auf den Risotto. «Während der Lagerung im Kühlschrank haben sie sich geschlossen. Legt man sie auf das warme Gericht, gehen sie wieder auf.» Auf dem Tisch, vor den Augen der Gäste, was für ein unerwartetes Spektakel.

Wie Margritli aussehen, wissen wir alle. Wie sie schmecken nicht. «Sie wachsen zwar vor der Haustüre, werden in der Küche dennoch selten verwendet. Oft schätzen wir das Naheliegende zu wenig», sagt sie. Und beschreibt den Geschmack als asternartig, als harzig. Buttrig, sagen andere. Wer sich unter allem nichts vorstellen kann: rausgehen, pflücken, ausprobieren.

Diesen Artikel finden Sie auf St.Galler Tagblatt Online unter:

<http://www.tagblatt.ch/nachrichten/panorama/geliebt-und-doch-unterschaetzt;art253654,5071364>

COPYRIGHT © ST.GALLER TAGBLATT AG
ALLE RECHTE VORBEHALTEN. EINE WEITERVERARBEITUNG,
WIEDERVERÖFFENTLICHUNG ODER DAUERHAFTES SPEICHERUNG ZU
GEWERBLICHEN ODER ANDEREN ZWECKEN OHNE VORHERIGE
AUSDRÜCKLICHE ERLAUBNIS VON ST.GALLER TAGBLATT ONLINE IST
NICHT GESTATTET.