

Wilder Schönheit ein Zuhause im Garten geben

Wildpflanzen sind schön, lecker und nützlich



Alles Unkraut? Von wegen! Wildpflanzen wie Giersch, Brennnessel oder Löwenzahn sind Wildpflanzen, die es in sich haben. Optisch und geschmacklich sind sie eine Bereicherung für jeden Garten. Viele Wildkräuter haben eine heilende Wirkung bei allerlei Krankheiten. Zudem leisten Gärtner einen Beitrag zum Artenschutz, wenn sie diesen Pflanzen eine Heimat im Garten oder auf dem Balkon bieten. Warum also nicht ein wildes Beet im Garten anlegen, wo Wildkräuter ungestört wachsen dürfen?

Wildpflanzen sind alle Pflanzen, die nicht durch Zucht verändert worden sind. So stammen beispielsweise unsere Gemüsesorten sämtlich von Wildpflanzen ab. Auch bei den Zierstauden gibt es Wildarten, die Insekten besonders schätzen. Besonders die Wildkräuter sind seit einiger Zeit sehr angesagt. Das zeigen Wildkräuterführungen oder grüne Smoothies, die sich großer Beliebtheit erfreuen. Kein Wunder, denn viele dieser vermeintlichen Unkräuter wurden in früheren Zeiten als Heilpflanzen genutzt.

So wird Löwenzahn seit Jahrtausenden als Heilmittel für Leber und Galle eingesetzt. Er senkt den Blutzuckerspiegel und hilft dem Darm im Frühjahr auf die Sprünge. Die Samen der Brennnessel sind ein wahres Superfood und schmecken nussig herb. Die Blätter können als Tee oder im Salat verwendet werden. Sie enthalten viele Vitamine. Schleimlösende Wildkräuter sind Vogelmiere und der Spitzwegerich. Der von Gärtnern verhasste Giersch hilft bei Gicht – wie der Name schon vermuten lässt, indem er Harnsäure im Körper neutralisiert.

Aber nicht nur die Menschen, auch die Insekten profitieren von einem Wildkräuterbeet. Gundermann, Taubnessel und Barbarakraut sind wichtige Insektenweiden. Sie blühen früh und liefern reichlich Nektar oder dienen Raupen als Futterpflanzen. Ganz nebenbei sind sie essbar und schmecken als Salat oder Spinat zubereitet sehr gut. Auch ein Beet aus heimischen Wildstauden wirkt wie ein Magnet auf Falter und Bienen. In der Sonne auf Sandboden setzen etwa Moschusmalve, Natternkopf, Wiesen-Flockenblume und Blut-Storchschnabel schöne Akzente, liefern Pollen und Nektar und sind dazu noch optimal an Klima und Boden angepasst. Auch Vögel dienen Wildpflanzen als wichtige Nahrungsquelle. Sie sammeln Samen der Wilden Karde, von Mädesüß und Buchweizen oder such im Herbst die Beeren von Wildgehölzen wie Weißdorn, Schlehe oder Vogelbeere.

Wilde Schönheiten, die trockenen Böden und Schädlingen trotzen, sind die Wildrosen. Die Hundsrose, die Essigrose mit ihrer hohen Schattenverträglichkeit oder die Kriechrose erfreuen mit Rosenduft und schönen Hagebutten. Ihr dichtes Gehölz eignet sich gut zum Bewachsen von Mauern und bietet Brutmöglichkeiten für viele Vogelarten. Wildrosensorten haben keine gefüllten Blüten. So können Insekten den Nektar leichter erreichen als bei gezüchteten Sorten.

Auch dem Boden im Garten kommen Wildpflanzen zugute. So schützen ihn Kleearten vor Erosion und verbessern ihn. Es gibt aber auch ungenießbare, weil giftige Wildpflanzen, wie den Rainfarn. Ihn kann man zwar nicht essen, aber wunderbar gegen Pilze und Blattläuse einsetzen. Dafür bereitet man ihn beispielsweise zusammen mit Schachtelhalm als Aufguss zu. Frühzeitig auf die Pflanzen aufgebracht, hilft der Sud, den Garten oder den Balkon gesund zu halten.

Warum also nicht die „Unkräuter“ einfach stehen lassen? Insekten und Vögel freuen sich und auf der nächsten Gartenparty kann man seine Gäste mit einem leckeren Wildkräutersalat beeindrucken.

Weitere hilfreiche Tipps für Wildpflanzen im Garten gibt es unter www.NABU.de/wildpflanzen.

