



# Schnittlauch für Bienen und Menschen

Das Allerweltskraut Schnittlauch (*Allium schoenoprasum*) ist bei Gross und Klein das bekannteste und beliebteste Gewürz, Duft- und Heilkraut. Man nennt es auch Graslach, Binsenkraut und Schnittling. Es ist ein Amaryllisgewächs (Amaryllidaceae) und gehört der Gattung Lauch (*Allium*) an.

FRIEDERIKE RICKENBACH, ZÜRICH ([rike.rickenbach@weltderbienen.ch](mailto:rike.rickenbach@weltderbienen.ch))



Schnittlauch ist ein beliebtes Gewürz und Heilkraut. Natürliche Bestände findet man bei uns in den Kalkgebieten der Alpen.

Es wird Ostern, bis man wieder im Garten Schnittlauch ernten kann. Mit seinem einmaligen Aroma löst dieser die Winterküche durch neues geschmackliches Erleben ab. Frisch und köstlich bereichert er alle Salatsaucen, Mayonnaisen, Kartoffeln, Quarkspeisen, Brotaufstriche, Eierspeisen, Kräuterbutter, manch warmes Gericht und vieles mehr. Jeder kennt sein eigenes, mit Schnittlauch gewürztes Leibgericht, das unverzichtbar für seine Gaumenfreude ist.

## Schnittlauch, ein Zwiebelgewächs

Betrachten wir einmal die Schnittlauchpflanze etwas näher, so erkennen wir, dass es sich um ein Zwiebelgewächs handelt, das pro Zwiebel zwei lange, bis etwa 30 cm hohe Röhrenblätter treibt. Da die Zwiebel sich durch Tochterzwiebeln vermehrt, entsteht ein ganzer Blätterbüschel, ein Schnittlauchhort. Diesen kann man durch Teilung wiederum vermehren. So gelingt es dem Gartenliebhaber,

eine ganze Reihe Schnittlauch nach und nach zu kultivieren. Er ist gut beraten, wenn er seine Beete damit einfassen kann, denn seine ätherischen Öle vertreiben «Bodenählchen» (Nematoden) und andere Schädlinge im Beet. Nur mit mehreren Pflanzen hat man die Möglichkeit, bis in den Herbst hinein zu ernten, indem täglich das benötigte Kraut zwei Zentimeter über dem Boden abgeschnitten wird.

## Prächtige violette Blüten

Der Schnittlauch kommt im Mai zum Blühen und schafft das manchmal bis in den August hinein. Die zart violetten, kugeligen, scheindoldigen Blütenstände tragen 30–50 Blüten in einem Hort. Steht eine ganze Beet-einfassung in Blütenpracht, finden unsere Bienen eine Tracht, die sie mit Hummeln und Wildbienen teilen. In verwilderter Form kommt Schnittlauch heute vorwiegend noch auf hochalpinen Feuchtwiesen Eurasiens und Nordamerikas vor. Für die «Fines Herbes» der französischen Küche kann man auch die Blüten verwenden, was heute immer mehr in Mode kommt.

Wer das Blühen verhindern möchte, entfernt alle austreibenden Blüten gleich im Ansatz oder führt an den Pflanzen einen Radikalrückschnitt durch und fördert damit einen gesunden, kräftigen Neuaustrieb. Im Spätherbst lässt man das vergilbte Kraut von Regenwürmern zwecks Düngung in den Boden einziehen.

## Vermehrung

Ich lasse die Blüten immer stehen, bis die Samen reif sind. Die Reife erkennt man daran, dass die ganzen Blütenstängel inklusive Blüten braun und trocken geworden sind. Dann knicke ich alle verwelkten Blüten in Richtung offener Erde um und bedecke ihre tiefkeimenden Samen mit 2 cm Erde zu. So entstehen Jungpflanzen und die

FOTOS: FRIEDERIKE RICKENBACH



Einfassung wird im folgenden Jahr dichter. Auch lassen sich davon wieder Schnittlauchpflanzen abstechen und an einen neuen Ort zur Ausbreitung einbringen.

### Standort, Pflege und Ernte

Schnittlauch benötigt einen Standort an der Sonne oder im Halbschatten, eine nährhafte, feuchte Erde ohne Staunässe, die das Wachstum optimal gewährleistet. Deswegen empfiehlt es sich, ihn im zeitigen Frühjahr mit frischem Kompost zu versehen. Im Sommer ist er für eine Wassergabe dankbar.

Krankheiten am Schnittlauch sind selten. Ein Befall von Schnittlauchrost könnte auftreten, der die Röhrenblätter vergilben lässt und sie ungeniessbar macht. Dagegen hilft ein Radikalschnitt oder eine kleine Beigabe von mineralreichem Hühnermist. Hühnermist bewährt sich bei allen Pilzkrankungen an Pflanzen, dazu gehört auch der Mehltau. Ferner kann man die Lauchmotte beobachten, die ihre Eier in die Blätter sticht. Die daraus entstehenden Maden entwickeln sich innerhalb der Blattröhren und machen durch Frass das Blatt löchrig und etwas braunscheckig. Beim Zerschneiden des Schnittlauchs dringt dann eine schleimige Sulze aus, was aber nur der eingeweihte Kenner entdeckt. Deshalb nur einwandfreie Blätter benutzen.

Schnittlauch wird am besten frisch verwertet. Ich ernte ihn zum Zeitpunkt, wenn ich seiner Üppigkeit nicht mehr Herr werde. Ich fülle ihn klein geschnitten in kleine Gläser mit Schraubdeckel ab, um den Geruch zu bewahren, und friere ihn ein. Es gibt dazu auch aus Kunststoff geeignete Gewürzboxen im Handel. In getrockneter Form ist Schnittlauch überall im Verkauf zu haben. Gedörft hat er aber deutlich an Aroma und Wirkstoffen verloren. Diese kommen teilweise wieder besser zum Tragen, wenn er vor dem Verzehr Zeit zum Durchweichen bekommt.

### Schnittlauch als Heilpflanze

Die wertvollen Inhaltsstoffe sind Kalium, Kalzium, Vitamin C, B6, A, K, E sowie Folsäure, Eisen Magnesium und Phosphor. Schnittlauch entfaltet



nur in freier Natur alle seine wertvollen Bestandteile. Eine Pflanze in künstlichem Licht gezüchtet und in der Küche gehegt und gepflegt liefert bestenfalls das ihm eigene Aroma. Das sollte sich jeder bewusst sein, der auf seine heilende Wirkung spekuliert.

Im rohen frischen Zustand kommen die wirkungsvollen Senföle, Vitamine und Mineralien am besten zum Tragen. Senföle haben einen positiven Effekt auf Verdauungsbeschwerden, sie lösen Blähungen und fördern den Appetit. Sie wirken schleimlösend bei Husten und haben antibakterielle Funktionen. Kalium wiederum wirkt blutdrucksenkend und harntreibend. Früher wurde Schnittlauch als Saft zubereitet und kam so in konzentrierter Form medizinisch zur Anwendung. Es ist gut, zu wissen, dass man seinem Körper mit

Die Schnittlauchblüten locken verschiedene Insekten an wie (von oben nach unten) eine Steinhummel (*Bombus lapidarius*), Honigbienen und eine Mistbiene oder Scheinbienen-Keilfleckschwebfliege (*Eristalis tenax*).

Schnittlauch stets etwas Gesundes und Schmackhaftes antut.

### Quellen

1. <https://www.kraeuter-buch.de/kraeuter/Schnittlauch.html>
2. <https://de.wikipedia.org/wiki/Schnittlauch>