

Teil65 (Tracht) Pflanzen Zitronenmelisse *Melissa officinalis*

Die **Zitronenmelisse** oder **Melisse** (*Melissa officinalis*) ist eine aus dem östlichen Mittelmeergebiet stammende Pflanzenart aus der Familie der Lippenblütler (Lamiaceae).

Ihr lateinischer Name leitet sich vom griechischen melissa = Honigbiene ab und deutet darauf hin, dass die Melisse auch vor Jahrhunderten schon als Lockpflanze für Bienen bekannt war.



Weiterhin ist sie unter einer Vielzahl anderer Bezeichnungen bekannt: Bienenkraut, Billerkraut, Darmgichtkraut, Frauenkraut, Mutterkraut, Herztrost, Zitronenkraut, Wanzenkraut, Pfaffenkraut, Grassiritus, Hasenohr, Frauenwohl, Muttertee, Honigblume, Herzkraut, Immenblatt. Einige dieser alten Namen zeigen an, welche Verwendung die Zitronenmelisse schon früher in der Heilkunde fand.

Ursprünglich stammt die Zitronenmelisse aus dem östlichen Mittelmeerraum bis Westsibirien, wird jedoch inzwischen in ganz Europe kultiviert.

In Mitteleuropa ist sie verwildert vor allem auf Waldschlägen und an Forststraßen zu finden.

Sie wächst bevorzugt auf nährstoffreichen, warmen und trockenen Standorten mit humusreichem, sandigem Lehm- oder lehmigem Sandboden.

Die Zitronen-Melisse wird als Gewürz-, Arznei- und als Bienenweidepflanze angebaut. Die Blätter werden als Küchengewürz verwendet. Extrakte aus den Blättern werden zu Kräuterlikören verarbeitet. Zum Aromatisieren von kalten Getränken, Salaten und Saucen sowie Kompotten wird Melisse verwendet. Tee und Wein kann man aus ihr herstellen. Melissentee soll beruhigend wirken und verdauungsfördernd sein.

In der Volksmedizin wird die Zitronenmelisse auch gegen Erkältungskrankheiten und Kreislaufschwäche eingesetzt.

Im Handel ist reines Melissenöl aufgrund des hohen Preises (rund 6000 Euro pro kg) selten erhältlich, meist sind es Ersatzöle wie Citronellaöl, Lemongrasöl oder Verfälschungen (Indisches Melissenöl).

Die Zitronenmelisse ist eine ausdauernde, krautige Pflanze, die 25 bis 30 Jahre alt werden kann, Wuchshöhen von 20 bis 90, selten 120 cm erreicht und mehr oder weniger stark nach Zitronen duftet. Sie bildet ein Rhizom, von dem kurze, unterirdische Ausläufer abgehen.

Die Stängel stehen aufrecht bis aufsteigend, sind verzweigt und mit 0,5 mm langen Drüsenhaaren und 1 bis 2 mm langen, abstehenden drüsenlosen Haaren besetzt. Die Behaarung ist meist spärlich, die Pflanzen können auch fast kahl sein.

Erklärung von Begriffen:

officinalis

Das Art-Epitheton *officinalis* bedeutet *offizinell, als Arznei verwendet*.

Rhizom

Ein Rhizom (griechisch) „Eingewurzelt“ ist in der Botanik ein meist unterirdisch oder dicht über dem Boden wachsendes Sprossachsensystem.