

## Teil135 (Tracht) Pflanzen Waldmeister – *Galium odoratum*

Der **Waldmeister**, auch **Wohlriechendes Labkraut** genannt, ist eine Pflanzenart aus der Gattung der Labkräuter (*Galium*). Er gedeiht meist in Laubwäldern in den gemäßigten Breiten Eurasiens. Der bekannteste Inhaltsstoff des Waldmeisters ist das Cumarin. Waldmeister wird als Heil- und Würzpflanze beispielsweise für die Waldmeisterbowle verwendet.



Waldmeister wächst als überwinternd grüne, ausdauernde krautige Pflanze und erreicht Wuchshöhen von 5 bis 50 cm.

Dieser Hemikryptophyt bildet unterirdisch kriechende, dünne, mehr oder weniger lange Rhizome als Überdauerungsorgane, mit denen sich der Waldmeister auch vegetativ vermehren kann. Ihre aufrechten, unverzweigten, vierkantigen Stängel sind glatt und kahl, außer an den Knoten, die kurz steif behaart sind.

Der flache Blattrand ist rau. Die Blattflächen sind weitgehend kahl; es können vorwärtsgerichtete Mikrohaare auf der Oberseite und an der Mittelrippe der Unterseite vorhanden sein. Die Blätter werden beim Trocknen papierartig.

Die Blütezeit reicht je nach Standort von April bis Mai oder Juni.

Die trockene Spaltfrucht zerfällt in zwei einsamige Teilfrüchte. Die 2 bis 3 mm langen, eiförmigen bis fast kugeligen Teilfrüchte sind mit 1 bis 1,2 mm langen, hakigen Borsten besetzt. Mit den Borsten klammern sich die Teilfrüchte als Klettfrüchte an Fell, Gefieder oder auch Kleidungsstücken fest und können so weit ausgebreitet werden. Die Früchte reifen zwischen Juni und September.

In welchem und trockenem Zustand setzen die Pflanzen Cumarin frei, das den charakteristischen Waldmeistergeruch verursacht.

Waldmeister gehört zu den Pflanzenarten, die ihre männlichen Staubgefäße früher ausbilden als die weiblichen Geschlechtsorgane, eine Strategie, die Fremdbestäubung fördert. Die Blüten sind weiße, „Kleine Trichterblumen“. Meist erfolgt die Bestäubung durch Fliegen; daneben ist auch Selbstbestäubung möglich.

Die Früchte sind borstig behaarte Spaltfrüchte, die die Klettausbreitung unterstützen. Die Samen sind Frostkeimer.

Die vegetative Vermehrung erfolgt sehr reichlich durch Ausläufer.

Die Pflanze ist in Nordamerika ein Neophyt. Er gedeiht meist in Höhenlagen von bis zu 1400 Meter in gemäßigten und kühlen Zonen.

In Mitteleuropa wächst der Waldmeister am häufigsten in schattigen Rotbuchenwäldern (die Art ist namensgebend für den Waldmeister-Buchenwald), kommt aber auch in Eichen-Hainbuchenwäldern vor. Waldmeister bevorzugt frische, lockere, nährstoff- und basenreiche Böden und zeigt Lehmböden an.

Waldmeister wird als Würzpflanze, etwa zur Herstellung von Waldmeisterbowle, Eiscreme oder Sirup verwendet.

Seit 1974 ist die bis dahin verbreitete Aromatisierung mit Waldmeister bei Limonaden und Süßwaren, die hauptsächlich von Kindern konsumiert wurden, in Deutschland verboten; der Zusatz von Cumarin in Aromastoffen bei Lebensmitteln ist auf zwei Milligramm pro Kilogramm beschränkt. Der Cumarin Gehalt gewerbsmäßig hergestellter Maibowle und anderer alkoholischer Getränke darf in Deutschland fünf Milligramm pro Liter nicht überschreiten. Die Tabakverordnung verbietet in Deutschland die Verwendung von Waldmeister in Tabakprodukten.

Für den heute am weitesten verbreiteten deutschen Trivialnamen *Waldmeister* gibt es verschiedene Erklärungsvorschläge: Er wird gedeutet als ‚Meister des Waldes‘, also die erste und wichtigste Pflanze im Wald, oder auch im Sinne einer „im Walde wachsenden Pflanze mit meisterhafter Heilkraft“.