

Teil52 (Tracht) Pflanzen Schlangen-Knöterich *Polygonum bistorta*

Der **Schlangen-Knöterich** auch **Wiesen-Knöterich** genannt, ist eine Pflanzenart, die zur Familie der Knöterichgewächse (Polygonaceae) gehört. Diese Art wird auch **Schlangenzwurz** genannt, obwohl unter diesem Namen auch der Drachenzwurz geführt wird. Im Volksmund wird diese Pflanzenart wegen der Form des Blütenstandes auch „Zahnbürste“ genannt. Die Ähnlichkeit zu einer Schnittlauchblüte, trägt die Pflanze auch den Namen Lauchelchen.



Der Schlangen-Knöterich ist eine mehrjährige, krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 20 bis 100 cm erreicht, mit aufrechten, unverzweigten Stängeln. Das Rhizom ist s-förmig schlangenartig gewunden, davon leitet sich auch der Name ab. Die Blattspreite der Grundblätter ist oval bis länglich und wird bis 15 cm lang. Die Oberseite der Laubblätter ist dunkelgrün, die Unterseite bläulichgrün.

Die rosafarbenen Blüten sind 4 bis 5 mm lang und stehen in dichten zylindrischen Scheinähren, die etwa 2 bis 7 cm lang werden. Die Blüte besitzt acht Staubblätter und drei Griffel. Die Nussfrüchte sind dreikantig. Der Schlangenknöterich blüht von Mai bis Juli.



Man findet sie vor allem in Feuchtwiesen der Niederungen bis zur alpinen Stufe.

Er gehört zu den Zeigerpflanzen für Nässe.

Was sind Zeigerpflanzen!

Zeigerpflanzen (Indikatorpflanzen) sind Pflanzenarten mit einer geringen ökologischen Potenz, d. h. mit einer geringen Toleranz auf Veränderungen ihrer Lebensbedingungen. Sie geben deshalb unter anderem gute Hinweise auf die Beschaffenheit des Untergrundes und Bodens auf dem sie wachsen oder auf die Einträge von Luftschadstoffen, und gehören damit zu den sog. Bioindikatoren.

Der Schlangen-Knöterich wird auch als Wildgemüse verwendet. Die stärkereichen Wurzeln, die auch Vitamin C enthalten kann man von September in den Winter in feine Scheiben geschnitten über Nacht in Wasser einlegen und kann sie dann mit Blattgemüse oder als Bratling verarbeitet essen. Von April bis August kann man die Blätter als Grundlage für Blattsalat, Spinat oder Blattgemüsegerichte verwenden. Da alle Teile aber auch viel Oxalsäure und Gerbstoffe enthalten, sollten davon nur kleinere Mengen verzehrt werden. Das verdickte, schlangenförmige Rhizom galt früher als Heilmittel und wurde im Sinne der Signaturenlehre bei Schlangenbissen eingesetzt. Auf diesen Zusammenhang verweist auch der Name.