

Bärlauch

Der **Bärlauch** (*Allium ursinum*) ist eine Pflanzenart aus der Gattung *Allium* und somit verwandt mit Schnittlauch, Zwiebel und Knoblauch. Die in Europa und Teilen Asiens vor allem in Wäldern verbreitete und häufige, früh im Jahr austreibende Pflanzenart ist ein geschätztes Wildgemüse und wird vielfach gesammelt. Bärlauch wird auch *Bärenlauch*,^[1] *Knoblauchspinat*, *wilder Knoblauch*, *Waldknoblauch*, *Rinsenknoblauch*,^[2] *Hundsknoblauch*,^[2] *Hexenzwiebel*, *Zigeunerlauch*,^[2] *Ramsen* oder *Waldherre* genannt.

Inhaltsverzeichnis

Beschreibung

Inhaltsstoffe

Verbreitung und Standorte

Ökologie

Ausbreitung

Nahrungsbeziehungen

Krankheiten

Systematik

Trivialnamen

Nutzung

Bärlauch in der Küche

Verwechslungsgefahr mit Giftpflanzen

Medizinische Nutzung

Rechtliche Situation (Deutschland)

Siehe auch

Literatur

Einzelnachweise

Weblinks

Bärlauch



Bärlauch (*Allium ursinum*)

Systematik

Ordnung: Spargelartige (Asparagales)

Familie: Amaryllisgewächse (Amaryllidaceae)

Unterfamilie: Lauchgewächse (Allioideae)

Tribus: Allieae

Gattung: Lauch (*Allium*)

Art: Bärlauch

Wissenschaftlicher Name

Allium ursinum

L.

Beschreibung

Der Bärlauch ist eine ausdauernde krautige Pflanze, die eine Wuchshöhe von etwa 20 bis 30 Zentimetern erreicht. Die sehr schlanke, längliche Zwiebel wird aus den Ansätzen der beiden Laubblätter gebildet und ist 2 bis 4, selten bis 6 Zentimeter lang. Sie ist umgeben von durchsichtigen, weißlichen oder gelblichen Häuten, die sich später bis auf einige Borsten reduzieren. Nebenzwiebeln werden nur vereinzelt gebildet oder sie



Illustration aus *Flora Batava*, Volume 11



Detailansicht der radiärsymmetrischen, dreizähligen Blüten

fehlen ganz. Der aufrechte, kompakte Blütenstandsstiel ist dreikantig bis annähernd rund und nur am Ansatz beblättert.^[3]

Die meist zwei, selten ein oder drei grundständigen Laubblätter haben einen 5 bis 20 Millimeter langen Stiel und verbreitern sich abrupt in die 2 bis 5 Zentimeter breite^[4] flache, elliptisch-lanzettliche Blattspreite. Die Blattoberseite glänzt und ist von dunklerem Grün als die matte Unterseite. Sein Geruch ist typisch lauchartig.^{[3][4]}

Die Blütezeit reicht von April bis Mai. Der Blütenstand wird umschlossen von einer zwei- oder dreiklappigen, zugespitzten eiförmig-länglichen Hülle, die ebenso lang oder länger ist wie die Blütenstiele und bald abfällt.

Die duftenden,^[4] wenigen bis mehr als zwanzig Blüten stehen in einer flachen Scheindolde, Brutzwiebeln fehlen stets. Die geraden Blütenstiele sind bis 2 Zentimeter lang. Die zwittrigen Blüten sind radiärsymmetrisch und dreizählig. Das reinweiße Perigon besteht aus sechs linealisch-lanzettlichen, 8 bis 10 Millimeter langen

Blütenhüllblättern, die spitz oder abgestumpft sein können und aufrecht abstehen. Die pfriemlichen Staubblätter sind etwa halb so lang wie die Blütenhüllblätter und am Ansatz verwachsen. Der Griffel endet mit einer einfachen Narbe.^[4] Die Fruchstiele sind direkt unter dem Perigon leicht geschwollen, der Fruchtknoten ist tief dreifach gefurcht.^[3]

Die Kapsel Frucht enthält wenige Samen.^[5]

Die Chromosomenzahl beträgt $2n = 14$.^[5]

Inhaltsstoffe

Frische Blätter enthalten rund 0,005 % Allicin, getrocknete rund 0,07 %. Frischmaterial enthält rund 0,5 % Alliin und 0,07 % Methyl-L-cysteinsulfoxid. Neben diesen schwefelhaltigen Verbindungen kommen noch Flavonoide, in Spuren Prostaglandine A, B und F, sowie blattspezifische Lectine vor.^[6]

Verbreitung und Standorte



Blütenstand



An geschützten Standorten sprießt Bärlauch bereits im März aus dem Schnee

Der Bärlauch ist in fast ganz Europa mit Ausnahme der immergrünen, mediterranen Region sowie der ungarischen Tiefebene bis nach Westasien (Kleinasien, Kaukasus) verbreitet. Er gedeiht in Höhenlagen von Meereshöhe bis in 1900 Metern (Voralpen). In den Allgäuer Alpen steigt er im Inneren Höfats-Tobel in Bayern in Höhenlagen bis zu 1400 Metern auf.^[7]

In Deutschland wächst der Bärlauch besonders im Süden, im Norden seltener.^[5] Er bevorzugt Beckenlagen und die Auenbereiche größerer Flüsse.^[8] In Brandenburg und Hamburg wird der Bärlauch in der Roten Liste in der Kategorie 1 (vom Aussterben bedroht) geführt. In Bremen gilt er als extrem selten und in Schleswig-Holstein wird er als potenziell gefährdet (Kategorie 4) eingestuft.^[9] In Österreich ist er häufig bis zerstreut vorkommend, sehr stark im Leithagebirge, in Osttirol fehlt er, im westlichen und südlichen Alpengebiet Österreichs ist er gefährdet.^[10] In der Schweiz sind ebenfalls Vorkommen in tieferen und mittleren Lagen nachgewiesen.^[11]

Nicht an allen Standorten, an denen er in Form großer Bestände vorkommt, ist der Bärlauch auch einheimisch. Mancherorts hat er sich von künstlichen Anpflanzungen aus selbstständig ausgebreitet und ist daher eine Stinsenpflanze. Im Norden von Schleswig-Holstein und im Taunus konnte das anhand mehrerer Vorkommen nachgewiesen werden.^[8]

Er findet sich teils in großen Beständen in schattigen, feuchten und humusreichen Auwäldern und Laubwäldern, in Auen, Schluchten, unter Sträuchern oder an Bächen.^[3] Der Bärlauch ist ein Nährstoffzeiger, schätzt tiefgründige und humose, lockere, anhaltend feuchte Böden. Zusammen mit dem Buschwindröschen, dem Gelbsterm, der Frühlingsknotenblume und dem Lerchensporn gehört er zur Corydalis-Gruppe, die für mäßig feuchte bis feuchte, kalkreiche Böden kennzeichnend ist. Bevorzugte Waldgesellschaften sind Ahorn-, Eschen-, Eichen- oder Ulmen-Mischwälder, in denen er bei entsprechenden Bodenverhältnissen eine Differentialart kalk- und nährstoffreicher Böden ist. Besonders häufig tritt er in Bärlauch-Buchenwäldern (Kalkbuchenwäldern oder Braunnullbuchenwäldern) auf und ist in seiner natürlichen Verbreitung an ozeanische Klimate oder geschützte Standorte gebunden. In solchen geophytenreichen Waldgesellschaften bedecken die Blätter des Bärlauches im zeitigen Frühjahr den gesamten Waldboden. Der Bärlauch kommt in Mitteleuropa zwar nur zerstreut vor, bildet aber häufig Massenvorkommen.^[12]



Bärlauchaspekt im Kalkbuchenwald



Bärlauch zur Blütezeit



Frucht mit Samen

Ökologie

Zwei bis drei Monate nach dem Austrieb vergilben die Blätter durch Erwärmung der oberen Bodenschicht und verströmen dabei den typischen Knoblauchgeruch. Innerhalb dieser Zeit müssen die Samen ausgebildet bzw. in den Zwiebeln wieder genügend Nährstoffe für den Austrieb im nächsten Frühjahr gespeichert sein.^[12]

Ausbreitung

Die Samen des Bärlauchs tragen zwar Elaiosomen, werden aber dennoch nicht von Ameisen verbreitet. Bärlauch breitet sich durch Anhaftungen von Lehmboden an Tierfüßen (Epizoochorie) aus. Das erklärt auch das häufig sehr fleckenweise Auftreten des Bärlauchs. In Ahorn-Eschenwäldern und Hartholz-Auwäldern kommt auch fließendes Wasser als Ausbreitungsmedium in Frage. Bärlauch bildet sehr viele Samen, ein Quadratmeter Bärlauchbestand kann 9000 Samen pro Jahr bilden.^[12]

Er ist ein Kaltkeimer, die Samen müssen also eine Frostperiode durchlebt haben, bevor sie keimen. Trotz seiner langen Keimdauer von zwei Jahren vermehrt sich Bärlauch schnell über seine Zwiebeln und bildet so innerhalb weniger Jahre große Horste. Beim Anbau im Garten muss der Bestand daher gelegentlich eingedämmt werden.

Nahrungsbeziehungen

Unter den Insekten, die den Bärlauch als Wirts- und Nahrungspflanzen nutzen, sind die beiden Schwebfliegen Cheilosia fasciata und Portevinia maculata zu nennen. Die Larven der erstgenannten Art minieren in den Blättern des Bärlauchs, die der zweiten Art im Blattstiel.^[13]



Larve von *Cheilosia fasciata* im Blatt.

Krankheiten

Bärlauch wird von den Rostpilzen Melampsora allii-fragilis, Melampsora allii-populina, Melampsora salicis-albae und Puccinia sessilis var. sessilis mit Spermogonien und Aecidien und Puccinia allii mit Uredien und Telien befallen.^[14]

Systematik

Der Artnamen *Allium ursinum* wurde 1753 von Carl von Linné in Species Plantarum erstveröffentlicht. Synonyme für *Allium ursinum* L. sind: Aglytheis ursina (L.) RAF., Cepa ursina (L.) BERNH., Geboscon ursinum (L.) RAF., Hylogeton ursinum (L.) SALISB., Ophioscorodon ursinum (L.) WALLR.^[15]

Das Artepitheton geht auf das lateinische Adjektiv ursinus, Bär-, Bären- zurück und wurde schon in vorlinnaischer Zeit für den Bärlauch verwendet. Plinius der Ältere bezeichnete den Bärlauch schon als allium ursinum, Johann Bauhin als allium ursinum bifolium vernum sylvaticum.^[16] Woher die Namensbeziehung zum Bären kommt, ist unbekannt.

Neben der Nominatform *Allium ursinum* subsp. ursinum mit rauen Blütenstielen findet sich im Osten des Verbreitungsgebietes die Unterart *Allium ursinum* subsp. ucrainicum, die sich durch glatte Blütenstiele auszeichnet.^[4]

Trivialnamen

Weitere zum Teil auch nur regional gebräuchliche Bezeichnungen für den Bärlauch sind oder waren: Bärenknufflak (Göttingen), Germesel, Hollauch (mittelhochdeutsch), Hollouch (mittelhochdeutsch), großer Knoblauch (mittelhochdeutsch), Kremser (Aargau), Paules (mittelhochdeutsch), Rämsche (niederdeutsch), Rämsen (Göttingen), Rämtern (Entlebuch, Bern), Rame (althochdeutsch), Rames-adra (althochdeutsch),

Rames-öre (althochdeutsch), *Rampen*, *Rampsen*, *Ramsche* (Göttingen), *Ramsen* (Allgäu), *Rambs* (Schlesien), *Ramisch* (Schlesien), *Ramsel* (Schlesien, Thüringen), *Ramser* (Schlesien, Bern, mittelhochdeutsch), *Ramseren*, *Ransericht* (Schlesien), *Räpschala* (St. Gallen bei Sargans), *Ränze* (Aargau), *Räzschala* (St. Gallen), *Remese* (mittelhochdeutsch), *Remsa* (St. Gallen, Oberrhein), *Remschala* (St. Gallen bei Sargans), *Remsen* (Göttingen) und *Zigeunerknoblauch* (St. Gallen bei Werdenberg).^[17] Bärlauchvorkommen gibt es auch in Schweden und Norwegen (hier nur in geschützten Standorten) unter dem Namen *Ramslök* bzw. *Ramsløk/Ramslauk* in Anlehnung an die mittelhochdeutsche Bezeichnung, die damals durch Carl von Linné übernommen wurde.

Nutzung

Bärlauch in der Küche

Der Bärlauch ist eine altbekannte Gemüse-, Gewürz- und Heilpflanze. Die Pflanze ist zwar komplett essbar, genutzt werden aber vorwiegend die Blätter, oft auch mit den Stängeln, frisch als Gewürz, für Dip-Saucen, Kräuterbutter und Pesto oder ganz allgemein als Gemüse in der Frühjahrsküche. Erntezeit für die Blätter ist im März und April. Durch Milchsäuregärung erzeugtes Bärlauch-Kimchi kann auch für viele Monate haltbar bleiben.

Durch Hitzeeinwirkung werden die schwefelhaltigen Stoffe verändert, wodurch der Bärlauch viel von seinem charakteristischen Geschmack verliert. Daher wird er meist roh und kleingeschnitten unter Salate oder andere Speisen gemischt. Im Frühjahr kann Bärlauch auch den Schnittlauch oder das Zwiebelkraut ersetzen.

Nicht so bekannt ist die Verwendung der Knospen zur Herstellung von Bärlauchkapern.^[18]

Verwechslungsgefahr mit Giftpflanzen

Trotz der leichten Identifikation durch den knoblauchartigen Geruch, der beim Reiben der Blätter entsteht, wird Bärlauch von unerfahrenen Sammlern immer wieder mit dem Maiglöckchen, den im Frühjahr austreibenden Blättern der Herbstzeitlosen oder den meist ungefleckten Blättern jüngerer Pflanzen des Gefleckten Aronstabs verwechselt.^{[19][20]} Diese drei Pflanzen sind äußerst giftig und es kommt so immer wieder zu Vergiftungen, teils mit tödlichem Ausgang.^{[21][22][23]} Neben dem Geruch ist die Blattunterseite eine weitere Möglichkeit zur Unterscheidung des Bärlauchs von den giftigen Maiglöckchen und Herbstzeitlosen. Beim Bärlauch ist die Blattunterseite immer matt, bei Maiglöckchen und Herbstzeitlose glänzend.^{[24][25]} Ein charakteristisches Merkmal zur Unterscheidung von Bärlauch und Geflecktem Aronstab stellt die unterschiedliche Blattnervatur beider Pflanzen dar. Bärlauchblätter sind parallelnervig, Gefleckte Aronstabblätter netznervig.^{[19][26]} Der ungiftige Wunder-Lauch mit bärlauchartigem Geruch stammt aus derselben Gattung *Allium* und wird gelegentlich als Berliner Bärlauch oder Seltsamer Lauch bezeichnet.



Junge Bärlauchblätter



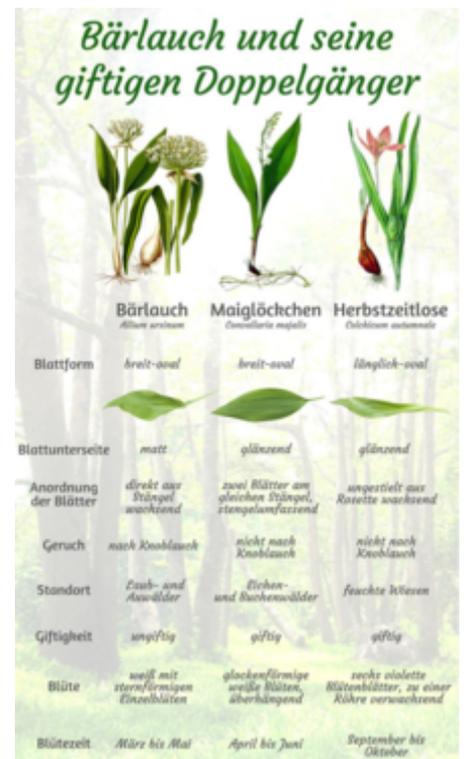
Frisch gepflückter Bärlauch

Medizinische Nutzung

Im Mittelalter wurde Bärlauch als *Herba Salutaris* bezeichnet und als Arznei- und Nahrungspflanze genutzt. Ihm wurden unheilabwehrende Eigenschaften zugeschrieben.^[6] Wegen der nützlichen Eigenschaften ist er in der Landgüterverordnung *Capitulare de villis* Karls des Großen unter den anzupflanzenden Nutzpflanzen und Heilkräutern aufgeführt. Auch im Werk *De materia medica* des Pedanius Dioskurides wird er, als eine der Arten der Zwiebeln, als entgiftend beschrieben.^[27]

In der Volksmedizin wird der Bärlauch heute bei Magen-Darm-Störungen eingesetzt, aufgrund seiner antibakteriellen Wirkung gegen Gärungsdyspepsien sowie als Karminativum. Weitere Einsatzbereiche sind als Antihypertonikum und Antiarteriosklerotikum.^[6] Ihm wird eine verdauungsfördernde, entgiftende, antimikrobielle und kreislauffördernde Wirkung zugesprochen, die teilweise in pharmakologischen Tests auch bestätigt werden konnte. Alkoholische Extrakte zeigten eine hemmende Wirkung auf die Thrombozytenaggregation. Auch eine Wirksamkeit als ACE-Hemmer und antibakterielle Wirkung wurde nachgewiesen.^[27]

Wesentliche Inhaltsstoffe des Bärlauch mit pharmakologischer Wirkung sind verschiedene schwefelhaltige Verbindungen wie Alliin und Methiin, die beim Abbau niedermolekulare organische Disulfide bilden, die für den charakteristischen Geruch verantwortlich sind. Außerdem ist der hohe Gehalt an Phenolen und Saponinen erwähnenswert.^[27]



Bärlauch und seine giftigen Doppelgänger

Rechtliche Situation (Deutschland)

Bärlauch steht zwar nicht unter Naturschutz, doch ist das Sammeln innerhalb von Naturschutzgebieten und Naturdenkmälern nur dann gestattet, wenn die entsprechende Schutzverordnung es zulässt.

Nach Paragraph § 39 des Bundesnaturschutzgesetzes genießt der Bärlauch auch außerhalb von Schutzgebieten einen Mindestschutz, der es untersagt, „ohne vernünftigen Grund wildlebende Pflanzen von ihrem Standort zu entnehmen oder zu nutzen oder ihre Bestände niederzuschlagen oder auf sonstige Weise zu verwüsten“ sowie deren „Lebensstätten zu beeinträchtigen oder zu zerstören“.^[28] Die Pflanzen dürfen nur für den Eigenbedarf gesammelt werden; die gewerbliche Nutzung von Bärlauchbeständen hingegen bedarf der behördlichen Genehmigung.^[29]

Siehe auch

- Allium sativum

Literatur

- Evelyn Lawrenz: *Bärlauch Allium ursinum L. in seinem natürlichen Lebensraum und daraus abgeleitete Schlussfolgerungen für einen nachhaltigen Feldanbau*. Fachschule für Obst-, Wein- und Gartenbau Laimburg, Auer 2016 (als PDF online (http://www.fachschule-laimburg.it/download/Kulturanleitung_Baerlauch_LawrenzEvelyn.pdf))

Einzelnachweise

1. Otto Schmeil, Wilhelm J. Fischer (Bearb.): *Pflanzenkunde*. Zweiter Band. 172. Auflage. Verlag Quelle & Meyer/Lehrmittel-Verlag, Heidelberg/Offenburg 1951, S. 222.
2. Johann Andreas Christian Löhner: *Gemeinnützige und vollständige Naturgeschichte für Liebhaber und Lehrer.*, 3. Band, *Die Pflanzen, erste Abtheilung*, mit 57 Abb., Verlag G. Fleischer, Leipzig, 1817, S. 332
3. Gustav Hegi: *Illustrierte Flora von Mitteleuropa*, Band II Teil 2, 2. Auflage, Carl Hanser Verlag, München 1939, S. 286–288
4. *Allium ursinum* L., *Bär-Lauch*. (<https://www.floraweb.de/pflanzenarten/artenhome.xsql?suchnr=320&>) FloraWeb.de
5. Siegmund Seybold (Hrsg.): *Schmeil-Fitschen interaktiv* (CD-Rom), Quelle & Meyer, Wiebelsheim 2001/2002, ISBN 3-494-01327-6
6. Max Wichtl (Hrsg.): *Teedrogen und Phytopharmaka*. 4. Auflage, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart, 2002. ISBN 3-8047-1854-X, S. 23f
7. Erhard Dörr, Wolfgang Lippert: *Flora des Allgäus und seiner Umgebung*. Band 1, IHW, Eching 2001, ISBN 3-930167-50-6.
8. Christian Stolz (2013): *Archäologische Zeigerpflanzen: Fallbeispiele aus dem Taunus und dem nördlichen Schleswig-Holstein. Plants as indicators for archaeological find sites: Case studies from the Taunus Mts. and from the northern part of Schleswig-Holstein (Germany)*. - Schriften des Arbeitskreises Landes- und Volkskunde 11: 1-30
9. Online-Abfrage der Roten Liste für die BRD und aller Bundesländer (http://s4ads.com/roteliste/n/redlists/getknoten.php3?knoten_id=27210&taxon=Allium+ursinum+L.&test=xxx).
10. Manfred A. Fischer, Karl Oswald, Wolfgang Adler: *Exkursionsflora für Österreich, Liechtenstein und Südtirol*. 3., verbesserte Auflage. Land Oberösterreich, Biologiezentrum der Oberösterreichischen Landesmuseen, Linz 2008, ISBN 978-3-85474-187-9.
11. Bärlauchvorkommen (https://web.archive.org/web/20151208052958/http://n.ethz.ch/student/seana/download/Botanische_Exkursion_Sarnen.pdf) (Memento vom 8. Dezember 2015 im *Internet Archive*) (PDF; 154 kB) in der Region Sarnen, OW.
12. Heinz Ellenberg: *Vegetation Mitteleuropas mit den Alpen in ökologischer Sicht*. 4., verbesserte Auflage. Ulmer, Stuttgart 1986, ISBN 3-8001-3430-6, S. 125–129.
13. Kurt Kormann: *Schwebfliegen aus der Umgebung von Karlsruhe (Diptera, Syrphidae)* In: Entomofauna – Zeitschrift für Entomologie, Band 14, Heft 3, S. 46, 1993.
14. Peter Zwetko: *Die Rostpilze Österreichs*. (http://www.landesmuseum.at/pdf_frei_remote/BioEco_16_0001-0067.pdf) *Supplement und Wirt-Parasit-Verzeichnis zur 2. Auflage des Catalogus Florae Austriae, III. Teil, Heft 1, Uredinales*. (PDF; 1,8 MB).
15. *Allium ursinum* (<http://www.tropicos.org/Name/18400122>) bei Tropicos.org. Missouri Botanical Garden, St. Louis.
16. Helmut Genast: *Etymologisches Wörterbuch der botanischen Pflanzennamen*. 3., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage. Birkhäuser, Basel/Boston/Berlin 1996, ISBN 3-7643-2390-6 (Nachdruck ISBN 3-937872-16-7).
17. Carl Jessen: *Die deutschen Volksnamen der Pflanzen*, Verlag von Philipp Cohen Hannover 1882, Seite 20. Digital online (<https://archive.org/details/diedeutschenvol00pritgoog>)
18. Von Bärlauchkapern, Wildpflanzen und einem Buch (<https://lamiacucina.wordpress.com/2010/04/17/von-barlauchkapern-wildpflanzen-und-einem-buch/>) vom 17. April 2010, abgerufen am 1. April 2015.
19. Verwechslungsgefahr: Bärlauch von Maiglöckchen, Herbstzeitlose und anderen Pflanzen unterscheiden (https://www.kostbarenatur.net/verwechslung-baerlauch-maigloeckchen-herbstzeitlose/#disqus_thread)

20. Verwechslungsgefahr: Bärlauch von Maiglöckchen, Herbstzeitlose und anderen Pflanzen unterscheiden. (https://www.kostbarenatur.net/verwechslung-baerlauch-maigloeckchen-herbstzeitlose/#disqus_thread) Marco Eder, Sebastian Knecht – Stachelbartweg 3 12683 Berlin, abgerufen am 20. April 2019.
21. Bundesinstitut für Risikobewertung warnt Sammler vor fatalen Folgen durch Verwechslung von Bärlauch mit giftigen Pflanzen in freier Natur (http://www.bfr.bund.de/de/presseinformation/2005/10/verwechslungsgefahr_bei_baerlauch-6225.html)
22. Bärlauch – Vorsicht vor Verwechslung mit giftigen Doppelgängern; AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit (<http://www.ages.at/ages/ernaehrungssicherheit/pflanzliche-lebensmittel/baerlauch/>)
23. Bärlauch – Vorsicht schützt. (http://www.ua-bw.de/pub/beitrag.asp?subid=0&Thema_ID=2&ID=1551&Pdf=No) Untersuchungsämter für Lebensmittelüberwachung und Tiergesundheit, 26. April 2012, abgerufen am 29. Juni 2015.
24. Bärlauch und Maiglöckchen verwechseln: wir zeigen die Unterschiede (<https://www.plantopedia.de/baerlauch-maigloeckchen/>)
25. Bärlauch und Maiglöckchen verwechseln: wir zeigen die Unterschiede. (<https://www.plantopedia.de/baerlauch-maigloeckchen/>) Advanco GmbH Äußere Schneeberger Straße 6 08056 Zwickau, 19. April 2019, abgerufen am 19. April 2019.
26. Verwechslungsgefahr: Bärlauch von Maiglöckchen, Herbstzeitlose und anderen Pflanzen unterscheiden. (https://www.kostbarenatur.net/verwechslung-baerlauch-maigloeckchen-herbstzeitlose/#disqus_thread/) Marco Eder, Sebastian Knecht – Stachelbartweg 3 12683 Berlin, abgerufen am 21. April 2019.
27. Danuta Sobolewska, Irma Podolak, Justyna Makowska-Wąs (2015): *Allium ursinum*: botanical, phytochemical and pharmacological overview. *Phytochemistry Reviews* 14: 81–97. doi:10.1007/s11101-013-9334-0
28. § 39 BNatSchG
29. Pflücken verboten? (<https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/pflanzen/pflanzen-schuetzen/blumen-pfluecken.html>) NABU-TV, abgerufen am 29. Juni 2015.

Weblinks

 **Commons: Bärlauch (*Allium ursinum*)** (https://commons.wikimedia.org/wiki/Allium_ursinum?uselang=de) – Album mit Bildern, Videos und Audiodateien

 **Wiktionary: Bärlauch** – Bedeutungserklärungen, Wortherkunft, Synonyme, Übersetzungen

- Bärlauch (https://www.ufz.de/biolflor/taxonomie/taxonomie.jsp?ID_Taxonomie=153). In: *BiolFlor*, der *Datenbank biologisch-ökologischer Merkmale der Flora von Deutschland*.
- *Steckbrief und Verbreitungskarte für Bayern* (http://daten.bayernflora.de/de/info_pflanzen.php?taxnr=320). In: *Botanischer Informationsknoten Bayerns* (<http://daten.bayernflora.de/de/index.php>).
- *Allium ursinum* (<https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Allium+ursinum>) bei *Plants For A Future*
- *Allium ursinum* L. (<https://www.infoflora.ch/de/flora/3095-.html>) In: *Info Flora*, dem *nationalen Daten- und Informationszentrum der Schweizer Flora*.
- *Allium ursinum* – Bärlauch (<http://www.allium-ursinum.info/>)
- *Die Verbreitung auf der Nordhalbkugel* (<http://linnaeus.nrm.se/flora/mono/allia/alliu/alliursv.jpg>) nach Eric Hultén
- Thomas Meyer: *Datenblatt mit Bestimmungsschlüssel und Fotos bei Flora-de: Flora von Deutschland* (alter Name der Webseite: *Blumen in Schwaben*) (http://www.blumeninschwaben.de/Einkeimblaettrige/Liliengewaechse/weiss_scheindolde.htm#B%C3%A4r-%20Lauch)

- Bärlauch (http://gernot-katzers-spice-pages.com/germ/Alli_urs.html) – Eintrag auf Gernot Katzers Gewürzseiten (<http://gernot-katzers-spice-pages.com/germ/index.html>)



Dieser Artikel behandelt ein Gesundheitsthema. Er dient *nicht* der Selbstdiagnose und ersetzt *nicht* eine Diagnose durch einen Arzt. Bitte hierzu den Hinweis zu Gesundheitsthemen beachten!

Abgerufen von „<https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Bärlauch&oldid=201870104>“

Diese Seite wurde zuletzt am 14. Juli 2020 um 14:27 Uhr bearbeitet.

Der Text ist unter der Lizenz „Creative Commons Attribution/Share Alike“ verfügbar; Informationen zu den Urhebern und zum Lizenzstatus eingebundener Mediendateien (etwa Bilder oder Videos) können im Regelfall durch Anklicken dieser abgerufen werden. Möglicherweise unterliegen die Inhalte jeweils zusätzlichen Bedingungen. Durch die Nutzung dieser Website erklären Sie sich mit den Nutzungsbedingungen und der Datenschutzrichtlinie einverstanden.

Wikipedia® ist eine eingetragene Marke der Wikimedia Foundation Inc.