Wiesenlabkraut

Galium mollugo

Rubiaceae/Rötegewächse

weitere Namen	Klein-Wiesen-Labkraut, Weißes Waldstroh, Grasstern, Gemeines Labkraut
Standort	Streuobstwiese/Sonne nährstoffreicher Lehmboden
Pflanzenhöhe	bis 80 cm
Blütenfarbe	weiß
Blütezeit	Mai bis August
Inhaltsstoffe	Gerbsäuren, Saponine, Cumarine, Zitronensäure
Heilwirkungen	Anregung des Lymphgefäßsystems, fördert den Abtransport von Schlackenstoffen, hilfreich bei Haut- und Harnwegs-erkrankungen, verhindert die Bildung entarteter Zellen (vor allem an der Brust und der Haut), bei Depressionen Schilddrüsen-Kraut bei Verstrahlung
Verwendung	junge Triebspitzen und Blüten für Salate, Wildgemüse, Gelee, Getränke, Süßspeisen

Die Wurzeln des Wiesen-Labkrauts dienten früher zur Herstellung von roter Farbe für Textilien, ähnlich wie die Wurzeln des Färberkrapps. Die Pflanze enthält das Enzym Lab, das auch im Kälbermagen vorkommt und bei der Käseherstellung verwendet wird. Voll erblüht wirken sie in den Wiesen wie weiße Wolken und verströmen einen zarten Honigduft. In landwirtschaftlich genutzten Wiesen wird das Wiesenlabkraut bekämpft, da Heu, das zu viel Wiesen-Labkraut enthält, vom Vieh verschmäht wird.
Mancherorts wurden Labkräuter Maria Bettstroh genannt und getrocknet als Matratzenfüllung genutzt. Nach der christlichen Legende bettete Maria das Christuskind auf Labkraut, denn nur dieses ließ der Esel unberührt.
Labkraut wächst nur an besonderen Plätzen, die eine gewisse Glücksenergie ausstrahlen, also dort, wo uns die Erde liebt. An diesen edlen Stellen stärkt das Labkraut durch sein Gedeihen unseren persönlichen Schutzengel. Labkraut, um den Hals gehängt, macht, dass die betreffende Person wieder gerne in die Heimat zurückkommt und auf der Reise vor bösen Einflüssen geschützt ist.

Quellen: Siegrid Hirsch und Felix Grünberger – Die Kräuter in meinem Garten
Eva Aschenbrenner – Die Kräuterapotheke Gottes
Allgäuer Kräuterblatt Nr. 31
Die Texte in dieser Form dürfen ausschließlich für private Zwecke genutzt werden. Eine Vervielfältigung – auch auszugsweise – oder gewerbliche Nutzung ist NICHT erlaubt!

WildkräuterFEENführungen Martina hELFErt – Teckstraße 25 – 72666 Neckartailfingen