Zaunwicke

Vicia sepium

Fabaceae/Hülsenfrüchtler

weitere Namen	Sommerwicke, Taubenwicke
Standort	Streuobstwiese/nährstoffreicher, dichter Boden, Sonne
Pflanzenhöhe	60 cm
Blütenfarbe	rosa/violett
Blütezeit	Mai bis August
Inhaltsstoffe	Mineralstoffe, Vitamine, hoher Eiweißgehalt – schwach giftig
Heilwirkungen	stoffwechselanregend
Verwendung für	getrocknete Blüten und Wurzeln zum Räuchern, junge Triebe und Samen (s. u.), ganzes Kraut für Tee

Die Buckelapotheker und Kräuterweiblein führten in ihrem Fundus immer auch Präparate aus der Zaunwicke mit sich. Zum einen, weil sie die Kletterpflanze auf ihren Wanderungen häufig antrafen und sie leicht verfügbar war, zum anderen weil man früher häufiger als jetzt räucherte. Man zollte damit den guten Geistern Tribut. Gerade weil die Zaunwicke uns bereits seit der Steinzeit begleitet, war die Wurzel immer schon ein beliebtes Räucher- und vor allem Opfermittel. Man verräucherte die getrockneten Blüten, um Heilenergie einziehen zu lassen, und man streute die Asche der verbrannten Wurzel in den Ofen oder in die Ecken eines Krankenzimmers, ehe man um Heilung bat.
Man kann die jungen Blätter und Triebe gekocht und roh während der Vegetationsperiode essen. Die Samen sind wie kleine Bohnen zu verwenden, man kocht sie für „besondere" Salate oder legt sie gekocht in Essig ein. Die Heilwirkung ist nicht ausgeprägt, aber doch vorhanden. Tees geben positive Impulse bei Hautproblemen.
Die normale Ackerbohne (Vicia faba) ist auch eine Wickenart – die Saatwicke (Vicia sativa) wird zu Futterzwecken angebaut. Die Duftwicken an Zäunen und Pergolas sind enge Verwandte aus der Familie der Erbsen (Lathyrus sativus = Saatwicke/Saatplatterbse). Sie sind alle schwach giftig, besonders die Samen. Man sammelt nur die Zaunwicke.

Quellen: Siegrid Hirsch und Felix Grünberger – Die Kräuter in meinem Garten
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