

Löwenzahn

Gattung: Taraxacum
Familie: Asteraceae (Korbblütler)
Wuchsform: ausdauernde, krautige Pflanze
Blüte: April–Mai (je nach Witterung auch länger)
Besonderheit: leuchtend gelbe Blüten, milchführend
Sammelgut: voll geöffnete Blüten im Frühjahr



Löwenzahn gehört zu den ersten auffälligen Blüten des Jahres. Er bringt Farbe in die Wiesen und begleitet den Übergang vom Frühling in die Wachstumsphase.

Traditionell werden die Blüten wegen ihrer mild pflegenden Eigenschaften geschätzt. Sie ergänzen die schützende Grundlage der Pappel und bringen Leichtigkeit in den Ölauszug.

Wichtige Inhaltsstoffe der Blüten

- Carotinoide (z. B. β -Carotin)
- Flavonoide
- Phenolsäuren
- geringe Mengen ätherischer Öle
- Schleimstoffe (in Spuren)

(Bitterstoffe v. a. in Blättern & Wurzel)

Erkennungsmerkmale im Frühjahr

- leuchtend gelbe Korbblüten
- Blüten schließen sich bei Regen
- gezähnte Blätter in bodennaher Rosette
- hohler, milchführender Stängel
- wächst häufig auf Wiesen und Wegrändern

Warum wir sie jetzt sammeln

Löwenzahn wird an sonnigen, trockenen Tagen gesammelt wenn die Blüten vollständig geöffnet sind. In dieser Phase enthalten sie besonders viele Farbstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Für unsere Wildkräutersalbe bildet er die nächste Schicht im Öl – eine helle, lebendige Ergänzung zur Grundlage der Pappel.

Löwenzahn im Jahreskreis & in Mythen

Löwenzahn steht für Aufbruch und Fülle.

- Symbol für Wachstum und Neubeginn
- begleitet den Übergang in die warme Jahreszeit
- gilt als Zeichen für Lebenskraft und Widerstandsfähigkeit

Seine Samen, vom Wind getragen, stehen für Leichtigkeit und Veränderung.

Wo Löwenzahn wächst, zeigt sich das Leben – oft genau dort, wo man es nicht erwartet.

Achtsam sammeln

- nur vollständig geöffnete Blüten
- nur bei trockenem Wetter
- nicht an Straßen oder belasteten Standorten
- nicht alle Blüten einer Pflanze entnehmen

Die Wiese bleibt lebendig – auch nach dem Sammeln.

Der Löwenzahn bringt Licht ins Glas – und lässt den Frühling sichtbar werden.

Hinweis

Traditionelle Pflanzenverwendung zur äußeren Anwendung. Nicht auf offene Wunden oder Schleimhäute auftragen.

Nicht für Kinder geeignet.

Wildkräuterreise durchs Jahr – Hof Birkenkamp

Weitere Pflanzen folgen, wenn ihre Zeit reif ist.

Sammelkarte Nr. 2

