

## Das Gänseblümchen

Hat der Frühling Einzug gehalten, schmücken bis weit in den Sommer hinein, kleine weiße Blümchen Wiesen und Wegränder, die Gänseblümchen. Sein lateinischer Name lautet *bellis perennis* und bedeutet ‚hübsch, schön, ausdauernd‘, und das ist es auch. Das Gänseblümchen ist weit verbreitet, blüht und wächst fast das ganze Jahr. In anderen Regionen wird es auch Marienblümchen, Maßliebchen, Tausendschön, Augenblümchen, Himmelsblume, Mondscheinblume oder Sonnenblümchen genannt. In der Schweiz nennt man es auch Mageritli.

Bei den Kindern erfreut sich das Gänseblümchen besonderer Beliebtheit, denn es ist fast überall auf Wiesen und an Wegrändern zu finden, und es lässt sich zu Haarkränzen binden.

Aber woher hat das Gänseblümchen seinen Namen?

Nach alten Überlieferungen hat es seinen Namen wohl tatsächlich von der Gans, da die Gans gerne die zarten Blütenblätter des Gänseblümchens zupft.

Sicher fragst Du Dich, warum die weißen Zungenblüten der Gänseblümchen gar nicht wie eine Blüte aussehen.? Nun, dafür gibt es eine einfache Erklärung. Die Blütenblätter des Gänseblümchens sind zu einem einzigen Blütenblatt zusammengewachsen. Das heißt, in den gelben Röhrenblüten sind die Samen enthalten, aus denen neue Gänseblümchen wachsen können. Damit winzigen Blüten des Gänseblümchens von Tieren und Insekten wahrgenommen werden, wachsen sie im Blütenkorb. So sehen die Blüten auffällig und leuchtend aus und erregen so auch die Aufmerksamkeit von Bienen, Hummeln und anderen Insekten, die die Blümchen bestäuben.

Gänseblümchen kann man übrigens auch essen und sie sind sehr gesund, zum Beispiel als Salat, Beilage in Suppen, im Quark, gezuckert, sauer eingelegt als Kapernersatz oder gegrillt. Das Gänseblümchen ist nicht nur ein bunter Farbtupfer auf Kuchen und Obstsalat. Dabei sollte allerdings beachtet werden, dass sich die Blüten im Dunklen (z.B. im Kühlschrank) schließen. Die Dekoration sieht dann nicht mehr so toll aus.

Das Gänseblümchen enthält viele Mineralien, Vitamine, Gerbstoffe und ätherischen Öle. Deshalb ist es so gesund und auch gut für Haut und innere Organe.

Früher wurde das Gänseblümchen, auf Grund seiner schleimlösenden und antibakteriellen Wirkung als natürliches Medikament gegen Schnupfen und Husten, zur Heilung von Wunden und Brustleiden angewendet. Heute weiß man, dass das Gänseblümchen auch Muskelkrämpfe lindert, den Stoffwechsel anregt oder gegen Frühjahrsmüdigkeit hilft. Aber es wird auch als traditionelles Heilmittel bei Hautkrankheiten und Leberleiden eingesetzt und seine Inhaltsstoffe wirken entwässernd. Das Gänseblümchen ist also ein echter Alleskönner.

Ein alter Aberglaube besagt: Isst man im Frühling die ersten drei Gänseblümchen, so ist man das ganze Jahr vor Krankheiten geschützt.

