



*Schöllkraut mit gelb-orangem Milchsaft*

## Kräuternachrichten Nr. 21

### Frühling 2024



*grün & wild*

Marina Delzer  
Schöneberg OT Alt-Galow  
Kanalstraße 3  
16303 Schwedt/ Oder

[kontakt@gruen-und-wild.de](mailto:kontakt@gruen-und-wild.de)  
[gruen-und-wild.de](http://gruen-und-wild.de)

***Chelidon macht die Augen g'sund,  
das tun uns schon die Schwalben kund.***

Überall ums Haus und an Wegen sprießen nun im Frühling seine üppigen, sattgrünen Büschel - weiche, gelappte Blätter, aus denen beim Abbrechen der typische gelb-orangefarbene Milchsaft austritt. Es ist das Schöllkraut (*Chelidonium majus*), das zur Familie der Mohngewächse (*Papaveraceae*) gehört. Als Heilpflanze kann es auf eine lange Tradition zurückblicken. Wissenschaftlich belegt ist seine heilende Wirkung auf Leber und Galle und mittlerweile auch als Mittel gegen Warzen.

Typisch für die Mohngewächse ist das Vorkommen von Alkaloiden, sekundären Pflanzenstoffen, die in der Medizin vielfältig angewendet werden und mitunter unverzichtbar sind (z.B. Morphin bei starken Schmerzen). Aber auch in Genuss- und

- *Dipl.-Forstwirtin*
- *Zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Uckermark*
- *Zertifizierter Abschluss des Lehrganges Phytotherapie - Heilpflanzen kompetent anwenden*

Rauschmitteln kommen sie vor. Man denke da nur an das Coffein im Kaffee oder Nicotin im Tabak.

Im orange-gelben, scharfen Milchsaft des Schöllkrauts wurden Alkaloide nachgewiesen, die krampflösend, beruhigend, schmerzstillend und den Gallenfluss fördernd wirken. Auf Warzen aufgetragen, vermag er das Zellwachstum zu hemmen.

Früher musste man dafür am besten bei Vollmond unter einen Weidenbusch gehen und über die linke Schulter spucken, um die Warzen loszuwerden. Das müssen wir heute nicht mehr unbedingt tun; Schöllkraut hilft auch ohne dieses Ritual, die zellwachstumshemmende Wirkung auf Warzen wurde irgendwann wissenschaftlich belegt.

Dazu bestreicht man die Warzen täglich über mehrere Wochen, was nicht schwer fallen sollte, wächst doch das Schöllkraut als typischer Kulturfolger rund ums Haus, in Mauerritzen, unter Gebüsch. Ungefragt siedelt er sich auch in Gartenbeeten und Blumentöpfen an.

Die medizinische Anwendung erfolgt mit Fertigpräparaten und als homöopathische Mittel, womit wir wieder bei den Schwalben angekommen wären.

Eine Legende besagt, dass die Schwalbeneltern ihren noch blinden Nestlingen mit einem Schöllkrautblatt über die Augen streichen, um deren Sehkraft für das Leben in der Luft zu stärken und gesund zu erhalten. Ich selbst schwöre auf *Chelidonium*-Augentropfen in homoöpathischer Form. Vor allem in der kalten Jahreszeit, wenn die Augen trocken sind und ständig tränen, möchte ich sie nicht mehr missen.

Es gibt aber noch eine weitere Verbindung zu den Schwalben: Schöllkraut beginnt Mitte April zu blühen, wenn die Schwalben aus dem Süden zurückkehren und selbst der botanische Name *Chelidonium* hat einen Bezug zu den Tieren: denn das altgriechische Wort *Chelidon* bedeutet "Schwalbe".



Wie Perlen sammeln sich die Regentropfen auf den weich behaarten Blättern des Schöllkrauts.

---

Wie immer möchte ich auch heute ein Kräuterrezept verraten. Schöllkraut eignet sich nun nicht so gut zum Essen, da es giftig ist. Doch was böte sich jetzt im Frühling besser an, als Giersch - bildet er doch schon wieder ganze Teppiche im Garten.

### **Kräuterpfannkuchen mit Giersch**

#### **Zutaten für 4 Personen:**

2 Eier (oder veganen Eiersatz)  
2 Essl. geriebenen Parmesan (oder vegane Alternative)  
ca. 1/2 Liter Milch oder Wasser  
250 g Dinkelvollkornmehl  
2 Handvoll junge Gierschblätter (gerne auch mehr)  
etwas Salz  
etwas Olivenöl zum Braten

#### **Zubereitung:**

Eier, Käse, Salz und ungefähr 450 ml von der Flüssigkeit verquirlen, dann das Mehl unterrühren. Beiseite stellen und ca. 20 min quellen lassen. Derweil den Giersch verlesen, waschen, und fein hacken. In in den Teig geben und unterrühren. Ist der Teig zu zäh, noch die restliche Flüssigkeit zufügen. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Pfannkuchen auf beiden Seiten goldgelb backen. Dazu passt ein Frühlingquark mit Wildkräutern oder eine Pilzsoße.



### **Kleine Wunder ...**

Ist es nicht toll, was die Natur immer wieder für Überraschungen bereit hält? Ein *Vogelnestpilz* - oder hat da etwa der Osterhase kleine Mininester mit Eiern gefüllt?

Ich wünsche allen ein frohes Osterfest und freue mich jetzt schon auf spannende Begegnungen und Gespräche mit Euch und Ihnen.

---

## **Meine Angebote im Frühjahr:**

### **Frühlingskraut & Landschaftsyoga**

Begleitet von leichten Yogaübungen gehen wir auf Kräutertour und sammeln Kräuter, die wir zu einem leckeren Frühlingmenü zubereiten.

**Vorkenntnisse im Yoga sind nicht erforderlich.**

**Sa., 20.04.2024, 10.00 - 13.30 Uhr**

weitere Infos unter: [grün & wild](#)

Anmeldung: Yoga-Nandi, Tel.: 03332 – 520932 oder

[kontakt\(at\)gruen-und-wild.de](mailto:kontakt(at)gruen-und-wild.de) 033338 – 85411

### **Frühlingsbaum- und Kräuter-Allerley**

Ein ausgiebiger Kräuterspaziergang zu den Bäumen und Kräutern mit anschließender Zubereitung einer leckeren Kräutermahlzeit

**So., 28.04.2024, 10.00 - 14.30 Uhr**

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: [kontakt\(at\)gruen-und-wild.de](mailto:kontakt(at)gruen-und-wild.de)

### **Die Hüterin des Stolper Turmhügels - szenische Lesung**

Hier treten die Kräuter einmal ausnahmsweise in den Hintergrund. Wir widmen uns der spannenden Geschichte des altherwürdigen Stolper Turms.

**Fr., 24.05.2024, 18 Uhr**

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: [kontakt\(at\)gruen-und-wild.de](mailto:kontakt(at)gruen-und-wild.de)

### **Heilkräuterworkshop: Hydrolate und Salben**

In dem 3-stündigen Workshop stellen wir mit der Destille ein Pflanzenwasser her, das in eine hautpflegende Salbe eingearbeitet wird.

**individuell buchbar von Juni bis November**

weitere Infos: [grün & wild](#)

Anmeldung unter: [kontakt@gruen-und-wild.de](mailto:kontakt@gruen-und-wild.de)

## **Ausblick auf Veranstaltungen im Sommer:**

**Sa., 08.06. und So., 09.06.2024, jeweils 10.00 - 18.00 Uhr**

An den beiden Tagen des offenen Gartens möchte ich mit Euch und Ihnen mein **Jubiläum 10 Jahre grün & wild** feiern.

Es wird kostenlose Garten- und *Un-Kraut*führungen geben, Lesungen, Zeit für Gespräche bei Kaffee, Gebäck und Kräuterlimo (gegen Spende) und Infos zur Initiative "Natur im Garten"

Das genaue Programm wird in den nächsten Kräuternachrichten Ende Mai und auf meiner Webseite veröffentlicht.

Kommt vorbei und feiert mit mir!

weitere Infos: [grün & wild](#)

**Fr., 21.06., 18.00 Uhr: "Märchen im Kräuterreich"**

**So., 23.06., 10 Uhr: Spaziergang zu den Johanniskräutern**

**Erste Hilfe mit Pflanzen für unterwegs:**

**in Criewen am So., 14.07., 10 Uhr**

**in Altkünkendorf-Louisenhof am So., 28.07. 10 Uhr**

---

---

Weitere Angebote  
gibt es unter:

*grün & wild*

---

---



Wenn Ihr einen Naturgarten habt, den Ihr ohne synthetische Spritz- und Düngemittel bewirtschaftet und wenn Ihr auf Torf verzichtet, dann erfüllt Euer Garten schon die drei Kernkriterien, um mit der Plakette ausgezeichnet zu werden.

Die weiteren Kriterien und Infos sowie die Kontaktdaten für die Bewerbung findet Ihr hier ["Natur im Garten Brandenburg"](#).

**Noch ein Tipp für Naturbegeisterte:**

Waldwanderungen der besonderen Art gibt es beim [Zeitenschreiber](#) und in seinem [Blog "Zeitenwanderer"](#) teilt er in kurzen Videos tolle Einblicke in die Natur

Wenn Ihnen mein Newsletter gefallen hat,  
dann leiten Sie ihn doch einfach an Freunde und Bekannte weiter.



*grün & wild*



**grün und wild**

Schöneberg OT Alt-Galow, Kanalstraße 3, 16303, Schwedt

Sie erhalten die Kräuternachrichten, weil Sie sich dafür angemeldet haben. Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten wollen, können Sie ihn mit einem Klick abbestellen.

[Besuchen Sie hier die Webversion](#) | [Newsletter abbestellen](#)

Versendet mit

**Brevo**