

Galium aparine – Klettenlabkraut - einjähriges



Erkennungsmerkmale:

Die behaarten Stängel des Klebelabkraut können bis zu 150 cm lang werden. Sowohl der Stängel als auch die linealischen Blätter besitzen rückwärtig gerichtete kleine Stacheln, die als „Halteapparat“ fungieren und sehr anhänglich ☺ im wahrsten Sinne des Wortes sind. Die Blätter sind im Quirl angeordnet und unscheinbare weiße Blüten erscheinen ab Juni.

Kulinarik:

Wenn die Blätter noch ganz jung sind, kann man sie schneiden und zum Salat mischen.

Die reifen Samenstände können getrocknet als Kaffeeersatz verwendet werden. Einfach rösten und mahlen.

Und es ist doch tatsächlich mit dem Kaffee verwandt.

Mein Tipp:

Nehmt einfach ein großes Bündel vom Klettenlabkraut. Zerkleinert es zu Hause ein wenig, darf auch gequetscht werden und steckt es in ein großes Glas Wasser. Stehen lassen und später probieren. Ihr werdet überrascht sein. Schmeckt wie Gurkenwasser nur ohne Gurke, ist obendrein noch gesund und wenn ihr jetzt noch Eiswürfel und Zitrone in das Wasser gebt, habt ihr ein perfektes Sommergetränk.

Altes Wissen:

Früher wurde das Klebkraut von „Fuchs“ empfohlen. Man solle es sammeln und essen und es werde alles rein machen, was unrein ist. Der frische Presssaft wurde auf Hauterkrankungen wie Ekzeme, Furunkel oder Hautunreinheiten mehrmals am Tag aufgetupft. Auch wurde mit frischer Butter eine Salbe angefertigt und diese diente zur Behandlung von Skrofeln oder Knoten. (Quelle vgl. Pflanzenschatze der Ahnen von Ellen Huber)



Das Klettenlabkraut gehört zu den **Rötegewächsen** mit vier unterschiedlichen Arten:

Dem einjährigen Klebelabkraut oder Klettenlabkraut

Dem mehrjährigen Wiesenlabkraut

Dem mehrjährigen echten Labkraut

Dem mehrjährigen Waldmeister

Schnelles einfaches Rezept:

Wie wäre es mit einem gesundem Smoothie

Den oberen Teil des klebrigen Labkrautes nehmen, dazu junge Blätter von der Schafgarbe, Löwenzahnblätter, Gundelrebe und Giersch.

In den Mixer, wer mag nur mit Wasser oder Apfelsaft dazu.

Ich nehme gerne Hafermilch.

Kann mit ein wenig Honig gesüßt werden, aber es kommen ja auch bald schon die ersten Erdbeeren. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Schmeckt und tut gut!

Volksnamen

Kleberkraut
Klebkraut
Zaunkleber
Klebrich
Zaunkraut

Blütezeit Juni bis August

„Die Pflanze ist einjährig und sät sich meist immer wieder selber aus. Sie mag ganz leicht nährstoffreiche Böden. Kommt mit Sonne aber auch mit Schatten zurecht.

Eine gute Futterpflanze für viele Insektenarten.