



Für Eilige, zur schnellen Information<sup>1</sup> der Steckbrief.

## Wilder Schnittlauch

<b>Familie</b>	Liliengewächse, Liliaceae
<b>Gattung</b>	Zwiebelgewächs
<b>Art</b>	Wilder Schnittlauch
<b>Wissenschaftlicher Name</b>	<i>Allium schoenoprasum</i>
<b>Andere Namen</b>	Waldschnittlauch, Knolauch, Binsenlauch je nach Region
<b>Vorkommen</b>	An grasbedeckten Wegrändern, feuchten Wiesen, Bachböschungen
<b>Blütezeit</b>	April - Juli
<b>Sammelzeit</b>	Februar - Juli (je nach Sammelgut, nähere Erläuterung im Volltext)
<b>Sammelgut</b>	Blätter, Knospen, Blüten
<b>Hauptwirkstoffe</b>	Senföl, Kalium, Kieselsäure, Eisen, Vitamin A, B2, C
<b>Verwendung</b>	In Schnittlauch- oder Kräuterquark, als Salatgewürz, in Kräuterbutter, Pesto oder Brotbelag
<b>Gesundheitlicher Nutzen</b>	Verdauungsfördernd, senkt Blutdruck und Cholesterin Erkältungskrankheiten (siehe Volltext)

---

<sup>1</sup>Bitte beachten Sie: Bei diesen Angaben handelt es sich nicht um medizinische Ratschläge, sondern um Wiedergaben aus diverser Literatur. Eine derartige Behandlung von Krankheitssymptomen kann nicht den Arztbesuch ersetzen, sondern lediglich nach Absprache mit dem Arzt unterstützend wirken. Insofern kann keine Haftung übernommen werden.

---