

Ringelblume - *Calendula officinalis*, Korbblütler, w



Andere Namen:

Garten-Ringelblume

Andere Sprachen:

Englisch: Marigold

Französisch: Souci

Italienisch: Calendula

Russisch: Kalendula

Andere Arten

C. isabellina : blüht aprikosenfarbig.

C. pallida : ähnelt Chrysanthemen.

C. ranunculoides : blüht blaß orangegelb.

C. regalis : blüht hell- bis ockergelb.

C. sulferea : blüht schwefelgelb.

C. superba : blüht goldgelb.

Beschreibung

Aussehen:

Wurzel : spindelförmig.

Stengel : aufrecht, grün, behaart.

Blätter : lanzettähnlich, behaart.

Höhe : bis zu 70 cm .

Blüte : bei einem Durchmesser von 6 - 9 cm gelb bis orangefarben

Blütezeit : den ganzen Sommer über, wobei die Blüten sich morgens öffnen und abends wieder schließen.

Früchte : die Samen sind 6 mm lang und bräunlich, sichelförmig.

Verbreitung:

Ursprünglich Asien, heute wohl weltweit.

Geschichte:

Perser und Griechen schmückten mit den Blüten ihre Speisen.

Erstmalig im 12. Jhdt. erwähnt, wurde sie meist als Heilmittel genannt.

Anmerkungen:

Der Gattungsname *calendula* wurde wahrscheinlich deshalb gegeben, weil diese Blume eine sehr lange Blütezeit hat, andere meinen, der Name käme daher, daß die Blütenköpfe dem täglichen Lauf der Sonne folgen.

Der englisch Name "Marygold" oder "Marybud" (Marienblüte) wird darauf zurückgeführt, daß während aller Feste zu Ehren der Jungfrau Maria diese Blume blühte.

Ringel-Blume, weil die Samen geringelt aussehen.

In manchen Gegenden wird die R. Regenblume genannt: wenn sie morgens ihre Blüten nicht öffnet, wird es an diesem Tage regnen.

Wegen ihrer langen Blütezeit meint man auch, sie sei ein Symbol der Unvergänglichkeit; deshalb werden Ringelblumen gern in Kränze gebunden.

Aus der griechischen Mythologie stammt die folgende Geschichte: 4 Waldnymphen hatten sich in den Sonnengott Apoll so sehr verliebt, daß sie ihre Pflichten gegenüber Diana, der Schwester Apolls, vernachlässigten; Diana bestrafte die Nymphen, indem sie deren Blüten weiß färbte. Der darauf verärgerte Apoll mußte seine goldensten Sonnenstrahlen schicken, um den Blüten Farbe zu geben.

Wirkstoffe:

Calendulin, ein in Fett löslicher Farbstoff; Calendulen, ein Bitterstoff; Carotinoide, Laurin, Myristin, Mineralsalz, Palmitin-, Apfel- und Salizylsäure.

Anbau

Garten/Haus : einjährig, selbstaussäend.

Wildwachsend : an Wegrändern, Brachland, Schutthalden, besonders in südlichen Regionen.

Vermehrung : durch Samen, der nach den Eisheiligen leicht aufgeht und an den Boden keine besonderen Ansprüche stellt; wenn die Pflänzchen eine Höhe von 10 - 15 cm erreicht haben, werden sie auf einen Abstand von 25 x 25 cm vereinzelt.

Im Garten : die Pflanze benötigt die volle Sonne und blüht den ganzen Sommer über, wenn man die verblühte Blütenköpfe ständig abschneidet.

Im Haus : man setzt die Pflänzchen einzeln in Blumentöpfe; die Pflanzen dürfen nicht zu feucht gehalten werden, weil sonst die Wurzeln faulen; sie sollen täglich mindestens 5 Stunden Sonnenlicht haben, und im Winter sollte die Temperatur nicht höher als 18 Grad C. sein.

Pflege : jäten, hacken, wässern.

Ernte:

Die Blüten der R. werden von Juni bis Oktober bei sonnigem Wetter gepflückt.

Aufbewahrung:

Die Ringelblume wird getrocknet.

Verwendung**Gesundheit:**

Gegen Krämpfe und zur Unterstützung der Wundheilung.

Entzündungshemmend, galletreibend.

Zur Gewinnung des Öles füllt man Blüten in eine Flasche, verkorkt sie und stellt sie in die Sonne; am Boden der Flasche sammelt sich nach einigen Wochen ein ätherisches Öl, das auf Wunden aufgetragen oder zu einer Salbe gerührt wird; diese wird bei schlecht verheilenden Wunden, Furunkeln und Verbrennungen aufgetragen; hilft gegen Kopf- und Zahnschmerzen, riecht aber nicht besonders gut.

Tee: unterstützt die Verdauung.

Gebrauch:

Um den Farbstoff zu gewinnen, kocht man die Blüten in Milch.

Verwendungs- und Handelsform: Blüten, auch getrocknet (Apotheke).

Geschmack: feines Aroma, leicht bitter.

In der Küche:

Nur die Blüten werden verwendet.

Man verwendet die Blütenblätter, um Suppen, Milchgerichte, Butter, Salate, Soßen, Fisch, Pudding, Kartoffeln (auch -Brei oder -Kroketten), Kuchen gelb einzufärben, ähnlich dem Safran; dabei geben die Blätter nicht nur Farbe ab, sondern beeinflussen auch den Geschmack.

Die Farbe löst sich nur in Fett oder kochender Milch auf.

Rezepte

Gelber Kuchenteig

Reis mit Ringelblume