

Schnittlauch

Botanisch: *Allium schoenoprasum* (Liliengewächse)



Schnittlauch stammt wahrscheinlich aus dem Mittelmeer, kommt aber auch an unseren Flussufern gelegentlich wild oder verwildert vor. In der Nähe von Häusern und Ortschaften sowie an den Ufern der größeren Flüsse verwildert der Schnittlauch häufiger und kann dort auch größere Bestände bilden. Die Römer kannten eine grüne Soße mit Schnittlauch zu Eiern und zu gekochtem Fleisch. Bereits im Mittelalter wurde von Karl dem Großen der Anbau von Schnittlauch in den Kräutergärten seiner Pfalzen befohlen. Schnittlauch gehört zusammen mit dem Porree, dem Knoblauch und der Zwiebel in die

Familie der Liliengewächse.

Schnittlauch treibt im Frühjahr aus und zieht im Winter die Blätter ein. Die rosaroten Blüten sind sehr schön, essbar und eignen sich für die Verzierung von Tellern oder Pl



Schnittlauch ist reich an Vitamin B2 und C, Carotin und den Mineralien Natrium, Calcium, Kalium, Phosphor und Eisen. Wegen des Vitamin C-Gehaltes galt er als Skorbut-Heilmittel, ferner wirkt er blutdrucksenkend und appetitanregend.

Schnittlauch sollte nur frisch (Geschmacks- und Vitaminverlust bei Erhitzen und Trocknung) an Salate, Quark, Eierspeisen, Rote Beete, Weichkäse, Soßen und Remoulade verwendet werden.

Schnittlauch liebt einen kalkhaltigen, lehmigen Boden, der feucht ist und kann ab Februar im Haus und ab Mai im Freiland ausgesät werden. Am besten werden mehrere Pflanzen zusammengesetzt. Schnittlauch gedeiht an halbschattigen und sonnigen Stellen. Um im Winter frischen Schnittlauch zu bekommen, wird er im Spätherbst ausgegraben und an Ort und Stelle liegen gelassen, wo er austrocknet. Nach einem kurzen Frost kann der Schnittlauch nun in eine Schale gepflanzt werden. Er treibt dann auf der Fensterbank auch mitten im

Winter seine wohl schmeckenden Blätter.

