

Heilpflanze des Jahres 2020

Die Wegwarte (lat. Cichorium intybus)

Merkmale/Aussehen:

Die Gewöhnliche Wegwarte, auch **Zichorie** genannt ist eine Pflanzentart aus der Familie der Korbblütler (**Asteraceae**), gilt als Pionierpflanze und ist ein Tiefwurzler. Sie wird bis zu 140cm groß und die Blüten sind himmelblau und selten weiß gefärbt.



Besonderheiten:

Die Blüten sind nur morgens von 6 bis 11 Uhr geöffnet. In der Pflanzenheilkunde wird sie zur Stimulierung und zur Heilung von Milz, Leber und Galle eingesetzt. Ebenfalls wird sie auch zur Reinigung bei Hautkrankheiten und Ekzemen verwendet. Ausserdem wird sie in der arzeneilichen Behandlung von Appetitlosigkeit. Aus Kampanien und Kalabrien stammt die traditionelle Verwendung der Wildform als Salat und Gemüse.

Aus der gerösteten Wurzel kann "Muckefuck" Kaffe-Ersatz hergestellt werden. Wegen ihrer leuchtenden Blüte ist die Wegwarte auch als "Wegleuchte" bekannt.



Verbreitung/Lebensraum:

Die Gewöhnliche Wegwarte ist in Europa, Westasien und Nordafrika heimisch. In Mitteleuropa wächst sie auf Wiesen und Äckern, sowie an Weg- und Straßenrändern.

In Niedersachsen und Hamburg steht die Wegwarte schon auf der Roten Liste. In anderen Bundesländern auf der Vorwarnliste der vom Aussterben bedrohten Arten.

Quellen Text: <https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/pflanzen/pflanzenportraits/wildpflanzen/10086.html>,
<http://www.floraweb.de/pflanzenarten/artenhome.xsql?suchnr=1550&>
Quellen Bilder: https://de.wikipedia.org/wiki/Gemeine_Wegwarte#/media/Datei:Cichorium_Intybus.jpg,
<https://www.kostbarenatur.net/anwendung-und-inhaltsstoffe/wegwarte/>