

GROSSE BRENNESSEL (*Urtica dioica*)

FAMILIE: Brennesselgewächse (*Urticaceae*)

WEITERE NAMEN: Große Nessel



STANDORT: auf stickstoffreichen Böden; Wegränder, Zäune, Bachufer, Wälder; Unkrautfluren.

VORKOMMEN: allgemein verbreitet; in den Alpen bis ca. 2400 m.

WUCHSHÖHE: Die Pflanze wird 30 bis 150 cm hoch.

STÄNGEL: Der Stängel ist unverzweigt, kantig mit gegenständig angeordneten Blättern.

KEIMBLÄTTER: rundlich bis leicht viereckig, an der Spitze etwas eingebuchtet, in den kurzen Stiel verschmälert, ca. 5 mm im Durchmesser.

LAUBBLÄTTER: Die Blätter sind kurz gestielt, ei- bis herzförmig, zugespitzt und grob gezähnt. Die Nebenblätter an der Basis des Blattstiels sind schmal.

BLÜHZEIT: Juni bis Oktober

BLÜTE: Die Blüten befinden sich in Teilblütenständen in den Blattachseln der oberen Blätter. Die Pflanze ist zweihäusig, d. h. es gibt rein männlich und rein weiblich blühende Pflanzen. Die männlichen Teilblütenstände richten sich schräg nach oben, die weiblichen hängen nach der Befruchtung nach unten. Die Einzelblüten sind unscheinbar. Sie sitzen auf langen Blütenstielen. Die männlichen Blüten haben 4 Staubblätter und etwa gleich große Blütenhüllblätter, die weiblichen Blüten haben ungleich große Blütenhüllblätter. Die einfache Blütenhülle ist 4-zählig. Der Fruchtknoten ist oberständig.
Die ganze Pflanze hat Brennhaare.

FRÜCHTE/SAMEN: Die hellgrünen Samen sind eiförmig und am Rücken gekielt.

LEBENSDAUER: ausdauernd

BESONDERHEITEN: Junge Blätter und Triebe roh als Salat (mit dem Nudelholz die Brennhaare abrollen), in Kräutersuppen und mit anderen Kräutern gemischt. Frische und getrocknete Blätter finden auch als Tee eine Verwendung. Ältere Blätter enthalten viel Gerbsäure und sollten daher nicht mehr verwendet werden. Brennessel als Brennesselspinat zubereitet sollte wie Spinat niemals aufgewärmt gegessen werden. Als Stickstoff liebende Pflanze ist die Brennessel auch ein Nitratsammler!

Es kann auch ein Saft gewonnen werden, der mit Apfel-, Karotten- oder Tomatensaft vermischt getrunken wird. Früher wurde die Brennessel auch als Heilpflanze, Färbemittel und bis in das 18. Jahrhundert auch als Ersatzfaserpflanze verwendet

BEDEUTUNG IM HAUS- UND KLEINGARTEN
in Randbereichen an Zäunen, Hecken, unbeachteten Stellen manchmal häufig und lästig.

ZEIGERWERTE

für mittelfeuchte bis feuchte Böden und übermäßig stickstoffreiche Stellen.



LITERATUR

Bedlan, G.: Wildgemüse. Verlag Jugend & Volk Wien, 1997.

Bedlan, G.: Unkräuter – Bedeutung in Gartenbau und Landwirtschaft. Öst. Agrarverlag, 8. Auflage, 2006

Ellenberg, H.; Weber, H. E.; Düll, R.; Wirth, V.; Werner, W.; Paulißen, D.: Zeigerwerte von Pflanzen in Mitteleuropa. Erich Goltze KG Göttingen, 2. A., 1992.

Hanf, M.: Ackerunkräuter Europas mit ihren Keimlingen und Samen. Verlags Union Agrar, 4. A., 1999.