

RAPUNZEL, FELDSALAT (*Valerianella locusta*)

FAMILIE: Baldriangewächse (*Valerianaceae*)



PFLANZENMERKMALE

Die Pflanze kann bis zu 30 cm hoch werden. Grundständige Blattrosette. der aufrechte Stängel von Grund an verzweigt, kantig, kahl; nur an den Kanten etwas behaart. Die Grundblätter sind spatelförmig, die wechselständigen Stängelblätter verkehrt-eiförmig bis lanzettlich, an der Basis mit 2 Zähnen, ganzrandig, kahl, höchstens am Rand etwas bewimpert. Die weißlich-bläulichen Blüten sind klein in Köpfchen beisammen stehend am Ende der Stängel. Der Kelch ist 1-5-zählig, jedoch kaum entwickelt. Die trichterförmige Blütenkrone ist am Grund leicht ausgebuchtet, 3 Staubblätter. Der Fruchtknoten ist unterständig, 3-blättrig, 1 Fach aber nur mit Samen. Die Frucht, ein Nüsschen, ist etwa 5 mm lang, abgeflacht, rundlich, glatt und nur kurz zugespitzt.

LEBENSDAUER: einjährig.

BLÜTEZEIT: April bis Mai.

STANDORT: Wege, Schuttstellen; Äcker, Getreidefelder; Gärten.

VORKOMMEN: verbreitet; bis ca. 1200 m vorkommend. Angebaut und verwildert.

VERWENDUNG: Die jungen Blattrosetten vor Austreiben der Blütenstängel werden als Salat (Vogelssalat, Feldsalat, Rapunzel, Nüßlisalat) verwendet. Auch als Spinat kann man die Blätter zubereiten.

BEMERKUNGEN: In einigen Sorten als Gemüsepflanze in geschützter Kultur und im Freiland angebaut. In der Regel wird im Herbst gesät.