

LÖWENZAHN, GEMEINE KUHLUMME (*Taraxacum officinale*)

FAMILIE: Korbblütengewächse (*Asteraceae*)

UNTERFAMILIE: Zungenblütige Korbblütengewächse (*Cichorioideae*)



PFLANZENMERKMALE: Die Pflanze wird 10 bis 50 cm hoch. Grundständige Blattrosette. Die Blätter sind schrotsägeförmig gezähnt und fast ganzrandig, mit rückwärts gerichteten Zähnen, kahl und allmählich in den Stiel verschmälert. Aus der Rosette wachsen mehrere Blütenstiele, die hohl und blattlos sind. Am Ende tragen sie je einen Blütenkopf mit 3-5 cm im Durchmesser mit zurückgeschlagenen Hüllblättern. Die einzelnen am Blütenkörbchen befindlichen zungenförmigen Blüten sind goldgelb gefärbt und täuschen eine einzelne Blüte vor. Zur Frucht reife wölbt sich der Köpfchenboden auf und darauf stehen die Früchte mit je einem schirmchenförmigen Pappus, die durch den Wind vertragen werden (bis zu 10 km).

Die Pflanze führt Milchsaft.

LEBENSDAUER: ausdauernd.

BLÜTEZEIT: April bis Juli, manchmal auch bis Oktober.

STANDORT: Fettwiesen und -weiden; Unkrautfluren; Äcker; Gärten.

VORKOMMEN: allgemein verbreitet, in den Alpen bis ca. 2800m.

VERWENDUNG: Die bis Mai geschnittenen Blätter werden als Salat verwendet. Die bis zu 2m lange Pfahlwurzel kann gekocht gegessen werden und dient geröstet als Kaffee-Ersatz. Mitunter wurde der Milchsaft der Pflanze auch zur Kautschukherstellung verwendet. Der Löwenzahn ist auch eine gute Bienenweide. Ungefähr 125 000 Blütenköpfe erbringen ca. 1kg Honig. Früher wurden auch die Blüten zum Butterfärben verwendet.

BEMERKUNGEN: Die Blüten sind nur bei Sonnenschein geöffnet. Durch den Gehalt an Inulin für Diabetiker als Diätkost. Sammelzeit ist April bis Oktober.