

## **ECHTES SEIFENKRAUT** (*Saponaria officinalis*)

FAMILIE: Nelkengewächse (*Caryophyllaceae*)



### **PFLANZENMERKMALE**

Die Pflanze ist meist unverzweigt und hat einen fingerdicken Wurzelstock. Der aufrechte Stängel ist flaumig behaart und bildet reichlich Ausläufer. Das Echte Seifenkraut kann bis zu 70 cm hoch werden. Die Blätter sind gegenständig, länglich-lanzettlich bis elliptisch, dreinervig und spitz, 5 bis 10 cm lang. Am Rand sind sie rau. Die großen Blüten stehen in dichten, endständigen Büscheln. Die Blumenkronblätter sind weiß bis blass rosafarben. Sie sind schwach ausgerandet und haben am Schlund zwei Zähnen. Die Blüten duften schwach.

**LEBENSDAUER:** mehrjährig.

**BLÜTEZEIT:** Juni bis September.

**STANDORTE:** Straßenränder, Schuttplätze, Hecken, Geröllhalden, sandige Ufer in Flusstälern, Auwälder, an Mauern.

**VORKOMMEN:** in fast ganz Europa, fehlt aber in den Alpen.

**VERWENDUNG:** Das Echte Seifenkraut wird als Mittel bei Husten verwendet. Es ist ein gutes Beispiel für die Schleimhaut reinigende Wirkung der Saponine. Es enthält 5% Saponine.

**BEMERKUNGEN:** Sammelzeit ist Mai bis August.