

Echte Engelwurz

Die echte Engelwurz (*Angelica archangelica*) wird im Volksmund auch Gartenangelika genannt, weil sie früher in Gärten als Blatt- und Wurzelgemüse kultiviert wurde. Weitere Trivialnamen der heimischen Heilpflanze sind Brustwurz, Erzenge-wurz. oder Theriakwurz. Heute wird die echte Engelwurz wegen ihrer heilkräftigen Wurzel für pharmazeutische Zwecke feldmäßig angebaut.



Wurzel von der Waldengelwurz Im Oktober des ersten Vegetationsjahres geerntet © Elfi Hofer

Geschichte

Aus einem Landgütergesetz des 12.Jhdt. geht hervor, dass der Pächter der einen Angelikagarten angelegt habe, die Pflanzen vor dem Umziehtage mitnehmen dürfe.

In den nordeuropäischen Ländern war Engelwurz eine bedeutende Heilpflanze der Volksmedizin.

Merkmale und Standort

Gartenangelika ist eine zweijährige Pflanze mit einer kräftigen, fleischigen scharf-aromatischen Wurzel. Im Frühjahr der zweiten Vegetationsphase treibt die Pflanze nach starkem Blattwerk auch einen robusten, 1,5m bis 2m hohen, leicht gerillten hohlen Schaft aus, der zahlreiche fast kugelförmige weiße Doldenblüten entwickelt, die bei genauerem Betrachten erkennen lassen, dass sie wiederum aus kleineren Dolden zusammen-

gesetzt sind. Diese Erscheinungsform wird im botanischen Sprachgebrauch Doppeldolde genannt.



Waldengelwurz-Blatt © Elfi Hofer

Die Pflanze ist auch an den für Doldenblütengewächse typischen zwei- bis dreifach gefiederten Blättern zu erkennen. Stark ausgeprägte Blattscheiden und Blütenhüllen sind ebenfalls markante Merkmale der Engelwurz. Bei optimalen Verhältnissen wie humos tiefgründigen feuchten Böden, vermehrt sich die Engelwurz durch Selbstaussaat.



Blattentwicklung aus einer typischen Engelwurzblattscheide © Elfi Hofer

Wildform

Natürliche Vorkommen der echten ‚Engelwurz sind heute eher selten, jedoch die Waldengelwurz (*Angelica sylvestris*), eine bekannte Wildform der

Gartenangelika, ist häufig auf Feuchtwiesen vom Tal bis in höherer Lagen anzutreffen. Sie unterscheidet sich durch rötlich überlaufende Stängel, kleinere Blätter und flachere Bütenolden von der veredelten Zuchtform. Was jedoch die Wirkung der Inhaltsstoffe betrifft, sind keine Unterschiede bekannt.



Nektarsammelnde Hummel auf einer Engelwurzblüte
© Elfi Hofer

Inhaltsstoffe und ihre Wirkung

Zu den wichtigsten Inhaltsstoffen der Engelwurz zählen ätherische Öle, die vor allem in der einjährigen Wurzel enthalten sind. Diese werden in appetitanregenden und verdauungsfördernden Aperitifs dargeboten. Wegen ihrer Schleim lösenden Wirkung ist die Wurzel Droge auch als *Angelica radix* in manchen Hustenteemischungen zu finden. Bitterstoffe, Gerbstoffe und verschiedene Pflanzensäuren sind weitere Inhaltsstoffe der Engelwurz.

Die genaue Anwendung und vielseitige Wirkung von Engelwurz ist in der entsprechenden Fachliteratur ausführlich beschrieben.

Vorsicht

Die Pflanze enthält in frischem Zustand auch geringe Mengen an Furanocumarinen, ein Stoff der durch Sonnenlicht aktiv wird und photo-toxische Reaktionen auf der Haut hervorrufen kann, was sich durch Hautrötung und Schwellung bis zu Blasenbildung zeigen kann. Empfindlichen Menschen wird daher empfohlen den Kontakt mit Engelwurz bei direktem Sonnenlicht zu meiden, andernfalls Handschuhe und dementsprechende Kleidung zu tragen.

Ökologie

Engelwurzblüten bieten zahlreichen Hummeln, Bienen, Fliegen und Käfern Nahrung und Paarungsmöglichkeit, Auch die offenen Blattscheiden bieten Schutz und Unterschlupf für so manchen eifrigen Nektarsammler und Bestäuber. Auch Insekten- und Samenfressende Vögel werden angelockt, die ein reichhaltiges Nahrungsangebot bis in den Spätherbst vorfinden. Sogar die abgeblühten, bereits trockenen Pflanzenreste werden von Insekten, Käfern und Spinnen als Überwinterungsquartier bezogen.

Im Naturgarten wirkt die relativ anspruchslose, robuste und windstabile Pflanze strukturbildend und erhöht die Biodiversität. Auch in kleinsten Naturgärten kann eine einzige Pflanze für manches Insekt im urbanen Raum als überlebenswichtige Ökoinsel dienen.



Waldengelwurz in Vollblüte © Elfi Hofer

Bestimmung und Beratung

Diese Pflanze kann ganzjährig im inatura-Kräutergarten besichtigt werden. Die inatura-Fachberatung (fachberatung@inatura.at) hilft Ihnen bei Bestimmungen und anderen Fragen zu Pflanzen. Fragen zum inatura-Kräutergarten richten Sie direkt an elfriede.hofer@inatura.at.