



Guter Heinrich

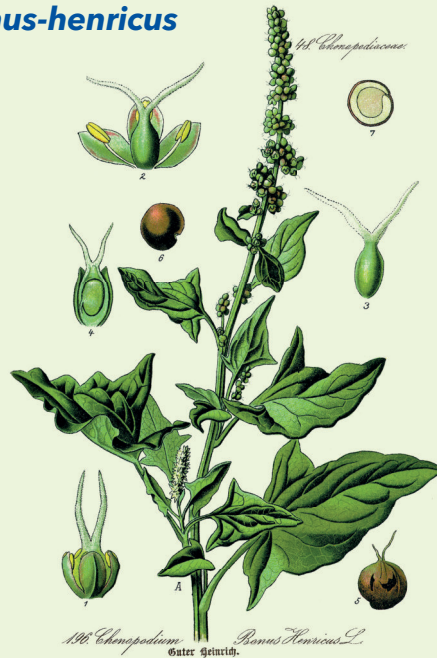
Chenopodium bonus-henricus

Der Name Guter Heinrich weist auf die Heilkraft und Essbarkeit der mit Spinat, Mangold, Roter Bete und Melde verwandten Wildpflanzensart hin. Denn als Heinrich oder Heinz wurden früher gute Geister und Kobolde bezeichnet. „Chenopodium“, die wissenschaftliche Bezeichnung, bedeutet „Gänsefuß“.

Wo wächst er?

Ursprünglich in den Alpen beheimatet, ist der Gute Heinrich als Kulturfolger in die ländlichen Siedlungen im Flach- und Hügelland eingewandert. Früher traf man ihn in fast allen Dörfern an Mistplätzen, bei Hühnerpferchen, entlang von Mauern, Zäunen, Viehtriften und Wegrändern an. Er wächst auf sehr stickstoffreichen Böden, oft zusammen mit Brennessel und Weißer Taubnessel.

In Deutschland kommt etwa ein Viertel des Weltbestands der wild wachsenden Vorkommen des Guten Heinrichs vor. Daher tragen wir eine hohe Verantwortung für den Erhalt der Art.



Aus: Prof. Dr. Otto Wilhelm Thomé, Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz, 1885, Gera, Germany. Permission granted to use under GFDL



Foto: Ute Engel

Ist er selten?

In Hessen ist der Gute Heinrich inzwischen stark gefährdet: Viele frühere Vorkommen sind verschwunden oder nur noch sehr klein. Das liegt daran, dass auch in den ländlichen Siedlungen viele Freiflächen und Wege asphaltiert oder überbaut wurden. Viele Nutzgärten sind aufgegeben worden; die kleinbäuerliche Viehhaltung in den Dörfern ist zurückgegangen. Ein wichtiger Schwerpunkt der Restbestände des Guten Heinrichs ist die Rhön.



Quiche mit Gutem Heinrich

Was tun?

In den letzten Jahren hat das Interesse an Wildkräutern, ihrer Schönheit und ihrem Nutzen bei vielen Menschen zugenommen. Indem wir wieder mehr Wildwuchs im Dorf zulassen und ihn nicht mit Herbiziden bekämpfen, helfen wir Arten wie dem Guten Heinrich und tun etwas für die biologische Vielfalt.

Sie können den Guten Heinrich auch als gesunde, essbare Wildpflanze in ihrem Garten anbauen. Außerdem sollten Verwaltungen und Planer diese alte Dorfplanze schützen und erhalten!



Für eine lebenswerte Zukunft