



ECHE SCHLÜSSELBLUME

Primula officinalis



Erkennungsmerkmale und Verwechslungsgefahren

Die Wiesen-Schlüsselblume ist eine staudenartige Pflanze mit länglich eiförmigen Blättern, dunkelgrün auf der Oberseite und heller auf der Unterseite.

Im Gegensatz dazu haben die Blätter der Wald-Schlüsselblume einen sanften Übergang zum Blattstiel. Die größeren, blassgelben Blüten, sind bereits ab März in unseren Wäldern zu finden. Schlüsselblumen sind nicht mit anderen Pflanzen zu verwechseln.

Astrologische Zuordnung

Die Schlüsselblume wird astrologisch der Sonne und Venus zugeordnet.

Name und Brauchtum

Bei den Kelten und Germanen waren Schlüssel das Kennzeichen der Hausherrin. Die Göttin ist sozusagen die Herrin des Weltgebäudes. Mit einem Bund aus blühenden Schlüsselblumen schließt sie das Himmelstor auf und lässt den Frühling herein.

Die schöne gelbe Blume war Symbol der Brigid. Petrus, als neuer Himmelsherr und Wettermacher, nahm den Schlüsselbund an sich. Mit dem Petersschlüssel (engl. St. Peter's Herb, franz. herbe Saint-Pierre) lässt er aber weniger die Sonne auf die Erde scheinen oder Regen fallen, vielmehr öffnet er damit frommen Seelen die Himmelstür. Zum Glück – so eine Volkssage – erschrak Petrus einmal, als sich der Teufel in den Himmel schleichen wollte.

Dabei ließ er den Schlüsselbund fallen. Dieser fiel von Stern zu Stern immer tiefer, bis er auf die Erde fiel und sich in Blumen verwandelte.

Sammelzeit
Blüten und Blätter Mai – Juni
Wurzel Frühjahr & Herbst
Volksname Echte Himmelsschlüsse, Primel, Gichtblume, Maginke
Pflanzenfamilie Primelgewächs (Primulaceae), zweijährig
Standort Wiesen, an Waldrändern und unter Gebüsch, lichte Auwälder, Gräben und Bachufer, feuchter Boden, Halbschatten
Inhaltsstoffe Saponine, Phenylglykoside, ätherisches Öl, Flavonoide, Gerbstoffe, Campher, Kieselsäure, Vitamin C, Magnesium



DIE FREYA ZIEHT ÜBER DAS LAND,
HÄLT DIE SCHLÜSSELBLUME IN DER
HAND. DAMIT SCHLIEBT SIE DAS TOR
AUF, SO HAT DER FRÜHLING SEINEN
FREIEN LAUF.

Heilpflanze

Als Heilpflanze kommt die saponinhaltige Wurzel bei Keuchhusten, Bronchitis, aber auch zur Behandlung von Arthritis in Betracht. Am meisten ätherisches Öl, als Primelkampher bekannt, enthalten die Blüten. Sie sind ein einfaches Mittel gegen Schlaflosigkeit und nervöse Spannung – vielleicht nehmen es deswegen die Seilkünstler.

Schlüsselblumensirup galt in der Volksmedizin als Heilmittel gegen Lähmungen, der Tee galt als Kopfschmerz- und der Schlüsselblumenwein als Nervenstärkungsmittel.

In der Küche

Die Blütenblätter können als Dekoration für Salate, Desserts und Suppen verwendet werden.

In Garten oder Balkon anbauen

Standort aussuchen: Wähle einen Platz, wo es halbschattig bis sonnig ist und der Boden gut durchlässig ist. Die Schlüsselblumen mögen es feucht, aber nicht zu nass.

Wann pflanzen: Der beste Zeitpunkt zum Einpflanzen ist im Herbst, damit sie bis zum Frühling verwurzelt sind. Aber du kannst sie auch im Frühjahr setzen.

Boden vorbereiten: Lockere die Erde gut auf und mische etwas Kompost oder Dünger unter, um den Boden aufzulockern und nahrhafter zu machen

Pflanzen: Setze die Schlüsselblumenpflanzen in den vorbereiteten Boden und lass genug Platz zwischen ihnen, damit sie sich ausbreiten können.

Gießen: Wässere die Pflanzen regelmäßig, besonders bei trockenem Wetter, damit der Boden feucht bleibt.

Schutz: Schlüsselblumen mögen keine Staunässe oder starken Frost. Decke sie bei Frostgefahr mit einer Decke oder Mulchschicht ab.

TEE ZUR FRÜHJAHRSKUR

R E Z E P T

Je 30 g
Schlüsselblumenblüten mit Kelch
Gänseblümchenblüten
Birkenblätter
Brennnesselkraut

Mit heißem Wasser überbrühen
und 10 Minuten ziehen lassen.
6 Wochen lang dreimal täglich 1
Tasse trinken.

*Rezept nach Ursel Bühring