



**Spitzwegerich**  
(*Plantago lanceolata*)





# Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*)



## Beschreibung:

mehrfährig, Rosettenwuchs, lange, lanzettliche Blätter, deutliche Blattadern parallel zu Blatträndern, gestielter brauner Blütenstand mit weißen Staubgefäßen

**Boden:** alle Böden, auch verdichtet

**Wuchs:** Blätter bis 20 cm, Blüte bis 40 cm hoch

**Ernte:** junge Blätter für Salat, Blätter für Hustentee



Foto: Volker Croy / CC BY-SA 3.0 <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>

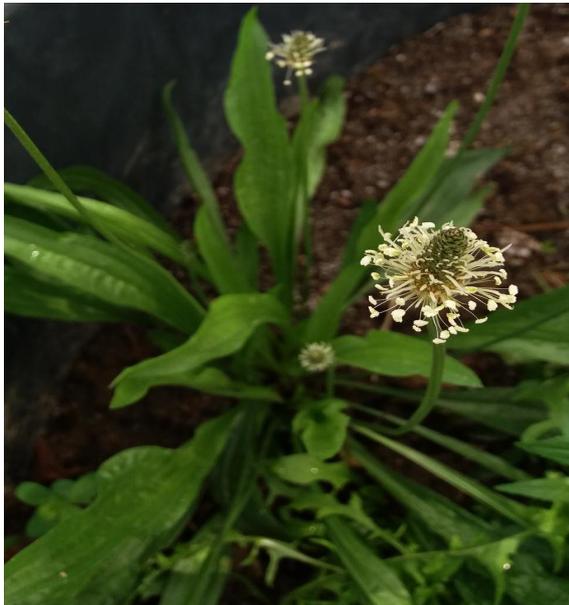


Foto: Volker Croy / CC BY-SA 3.0 <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>

## Vermehrung:

- (1) Saatgut nach Entnahme trocken und kühl bis zur Aussaat aufbewahren
- (2) Lichtkeimer: Aussaat auf den Boden, andrücken, aber nicht abdecken
- (3) Aussaat mit 20- 30 cm Abstand zwischen den Reihen
- (4) Nach Auflaufen auf 1 Pflanze pro 10 cm vereinzeln

**Tipp:** Nach Insektenstichen frisch zerriebenen Spitzwegerich auf Wunde drücken. Kühlt und lindert Entzündung.

**Wir unterstützen essbares Stadtgrün!**



[www.stadtgaerten.org/](http://www.stadtgaerten.org/)



Zukunft  
[zukunft@stadtgaerten.org](mailto:zukunft@stadtgaerten.org)



[@Stadtgaerten](https://twitter.com/Stadtgaerten)



[@stadtgaertendresden](https://www.instagram.com/stadtgaertendresden)

