

70 Weiße Taubnessel (*Lamium album*)

Der wissenschaftliche Name der weißen Taubnessel leitet sich vom griechischen *lamos* = Schlund, Rachen ab und bezieht sich auf die Blütenform, *album* = weiß. Sie gehört zur Familie der Lippenblütler.

Auf den ersten Blick täuscht sich manch einer in ihr – sind das Brennnesseln?

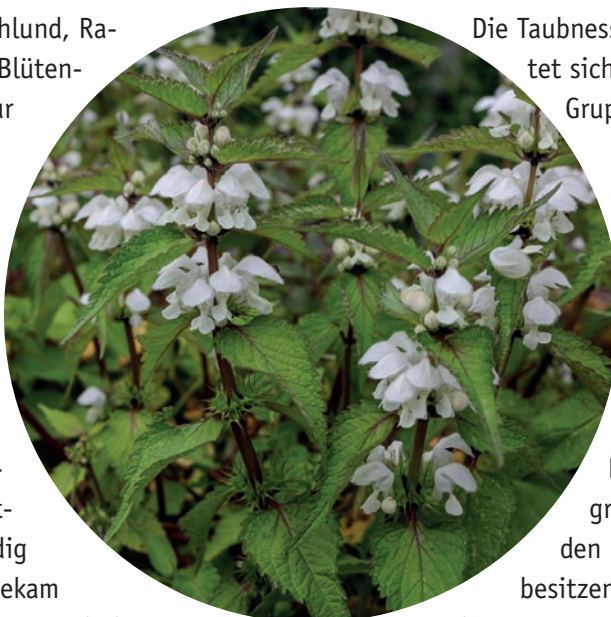
Die Weiße Taubnessel wird aufgrund der ähnlichen Blätter oft mit der Brennnessel verwechselt. Beim Anfassen bemerkt man den Unterschied aber sofort. Taubnesselblätter sind angenehm weich und seidig behaart. Den Namen Taubnessel bekam sie, weil sie sich um eine der Brennnessel ähnlichen Pflanze handelt die allerdings „taub“ ist, also keine Brennhaare besitzt.

Die weiße Taubnessel, ist wie ihre Geschwister die Rote oder Purpurrote Taubnessel (rosa Blütenfarbe) oder die Goldnessel (blassgelbe Blütenfarbe) alle essbar. Die Blüten und Blätter sind eiweißreich und beinhalten viele Mineralien, Vitamin A und ätherische Öle. Mit den duftenden ätherischen Ölen locken sie Bienen und Hummeln an. Das Auszupfen der süßen Blüten ist aufwendig, wird aber belohnt. Sie schmecken sehr süß.

WUSSTEST DU...

Schon seit dem Mittelalter wird die Taubnessel als Heilpflanze gegen Erkrankungen der Atmungsorgane geschätzt. In der Naturheilkunde finden vor allem die Blüten der Pflanze Verwendung, die getrocknet und als Tee zubereitet werden. Wie die Brennnessel war auch sie früher für Zauberkünste sehr beliebt. Die Menschen glaubten, dass die Pflanze sie vor Bösewichten beschütze.

Bestimmt habt ihr die Pflanze schon einmal gesehen. Die Taubnessel kommt häufig vor und breitet sich schnell aus, sie bildet große Gruppen.



Am Weg- und Waldrand, im Halbschatten von Hecken und Zäunen fühlt sie sich wohl. Aber auch auf saftigen feuchten Wiesen findet man sie häufig.

Sie blüht von April bis Oktober. Die weißen Blüten sind 2-3 cm groß und befinden sich quirlartig in den oberen Blattachseln. Die Blüten besitzen eine Oberlippe und eine Unterlippe. Sie werden vorzugsweise von Hummeln besucht, weil sie viel süßen Nektar besitzen. Langrüsselige Hummeln erreichen ihn von vorn, kleinere Hummeln beißen die Blütenröhre an, um an den Nektar zu gelangen. Wenn du eine Taubnessel pflückst wirst du sehen, dass der Stängel vierkantig und hohl ist.

Die Blätter sind behaart und stehen sich paarweise gegenüber. Ihre Form ist herz- bis eiförmig zugespitzt und der Rand ist gezähnt. Sie wird bis zu 50 cm hoch.