

Petersilie blüht: So gefährlich wird das beliebte Küchenkraut!

Petersilie gilt 2023 als Giftpflanze des Jahres. Erfahren Sie, wann sie giftig wird und wie Sie sicher damit umgehen.



Wandsbek, Deutschland - Die Petersilie, ein in vielen Küchen beliebtes Gewürz, genießt einen guten Ruf als gesunde Zutat. Doch Vorsicht ist geboten: Sie wurde zur Giftpflanze des Jahres 2023 ernannt. Die Wahl fiel auf dieses Küchenkraut aufgrund der potenziellen Gefahren, die beim Verzehr blühender Petersilie auftreten können, wie **Merkur** berichtet.

Petersilie (*Petroselinum crispum*) ist eine zweijährige Pflanze, die im ersten Jahr essbare Blätter liefert und im zweiten Jahr zu blühen beginnt. Während der Blüte entsteht der gefährliche Giftstoff Apiol, der sich in allen Pflanzenteilen befindet. Blühende Petersilie sollte daher unbedingt gemieden werden, da sie allergische Reaktionen, sowie Krämpfe in Darm und Blase

verursachen kann. Schlimmstenfalls kann dies sogar zu Fehlgeburten führen, wie **Ökotest** warnt.

Gefahren des Verzehrs blühender Petersilie

Der Giftstoff Apiol ist der Grund für die Klassifikation der Petersilie als Giftpflanze. Während die frischen Blätter im ersten Wachstumsjahr vollständig unbedenklich sind, steigt der Apiol-Gehalt nach der Blüte signifikant. Alle Teile der Pflanze, einschließlich der Blüten, Stängel und insbesondere der Samen, sollten nach der Blüte gemieden werden, da sie potenziell gefährlich sind. Der Verzehr dieser Teile kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen, darunter auch Nieren- und Leberschäden. Für Schwangere wird geraten, kleine Mengen Petersilie zu konsumieren, große Mengen sollten jedoch vermieden werden.

Die richtige Ernte ist entscheidend. Petersilie sollte geerntet werden, bevor sie zu blühen beginnt. Ideal ist es, die Pflanze jährlich neu auszusäen. Dies gewährleistet, dass die verwendeten Teile frisch und frei von schädlichen Stoffen sind. Die Samen sollten erst geerntet werden, wenn sie trocken und braun sind, um sicherzustellen, dass das nächste Jahr mit gesunden Pflanzen begonnen werden kann.

Gesundheitliche Vorteile und Verwendung

Trotz der Risiken beim Verzehr blühender Petersilie ist das frische, grüne Kraut eine wertvolle Ergänzung für jede Küche. Bekannt für ihren reichen Nährstoffgehalt, enthält Petersilie zahlreiche Vitamine, Ballaststoffe und Mineralstoffe. Dazu zählen unter anderem Vitamin C, Vitamin K, Eisen und Kalium. Sie eignet sich hervorragend zum Würzen und Dekorieren von Gerichten und kann aus dem eigenen Garten, Hochbeet oder Balkon frisch geerntet werden. Überschüssige Blätter können gewaschen, klein gehackt und eingefroren werden, um ihre Aromatik langfristig zu bewahren, wie **Kraut und Rüben** empfiehlt.

Für all jene, die das beliebte Küchenkraut in ihren Gerichten verwenden möchten, ist es wichtig, sich dieser Gesundheitsrisiken bewusst zu sein. Ein aufmerksamer Umgang mit der Pflanze und ihre rechtzeitige Ernte können dazu beitragen, die Vorteile von Petersilie ohne die Gefahren einer Vergiftung zu genießen. Sollte der Verdacht auf eine Petersilien-Vergiftung bestehen, wird dringend empfohlen, umgehend ärztlichen Rat einzuholen.

Details	
Vorfall	Umwelt
Ort	Wandsbek, Deutschland
Quellen	• www.merkur.de • www.krautundrueben.de • www.oekotest.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de