



© Magnus Manske - GNU - <http://www.gnu.org/licenses/fdl>

15214

Ringelblume

Ringelblume

© www.saflax.de

Calendula officinalis

Die Ringelblume aus der Familie der Korbblütlergewächse ist meist einjährig, wird etwa 30 bis 50 cm hoch und hat verzweigte, behaarte, hellgrüne Stängel und behaarte längliche Blätter. Ihre gelb-orangefarbenen Blüten zeigen den ganzen Sommer von Juni bis zu den ersten Frösten. Sie war das Symbol der aztekischen Liebesgöttin Xochiquetzal. Anhand der Ringelblume lehrte Xochiquetzal ihr Volk die Botschaft vom ewigen Kreislauf des Lebens. Die Aztekinnen erfuhren so vom Fluss des unendlichen Lebens und der wechselseitigen Verbundenheit aller Dinge. Im Mittelalter und in allen antiken Kulturen war die Ringelblume als Farbstoff, Heilkraut, Gewürz und auch Zauberpflanze beliebt. Wirkende Kräfte: Für einen Ringelblumen-Tee übergießen Sie einen gehäuften Teelöffel der Blüten mit kochendem Wasser und lassen ihn fünf bis zehn Minuten ziehen. Eine Tasse am Morgen und am Abend beruhigt die Nerven und verhilft zu einem ruhigen Schlaf. D

Naturstandort: Die Herkunft der Ringelblume wird im Mittelmeerraum vermutet. In Nordeuropa fand sie ab dem 12. Jahrhundert Platz in Kloster- und Bauergärten.

Anzucht: Ringelblumen sind Lichtkeimer. Die erste Aussaat kann direkt im Garten erfolgen, sobald keine Nachtfröste mehr zu erwarten sind. Setzen Sie die Samen im Abstand von 20 cm etwa 1,5 cm tief in die Erde. Die Keimdauer beträgt in der Regel zwei bis drei Wochen. Im Haus kann die Anzucht ganzjährig erfolgen.

Standort: Ringelblumen lieben sonnige Standorte und einen nährstoffreichen, mäßig feuchten Boden.

Pflege: Gießen Sie regelmäßig, sobald die oberste Erdschicht trocken ist und versorgen Sie Ihre Pflanzen während der Blütezeit mit organischem Flüssigdünger. Die Blüten und Blätter können von Juni bis Oktober geschnitten und getrocknet werden. Schneiden Sie die ganzen, frisch aufgeblühten Blütenköpfe bei trockenem, sonnigen Wetter knapp unterhalb des Ansatzes ab. Schichten Sie das Sammelgut an einem schattigen Platz locker auf und lassen Sie es ein paar Tage vortrocknen. Erst dann werden die Zungenblüten abgezupft und anschließend fertig getrocknet. Sie können aber auch die gesamten Blütenköpfe fertig trocknen und verwenden. Danach sollten Sie die Pflanzenteile trocken und lichtgeschützt aufbewahren. Die Blätter werden auf dieselbe Weise getrocknet.

Im Winter: Ringelblumen vertragen leichten Frost, sind aber nicht winterhart. Allerdings säen sie sich selbst wieder für das nächste Jahr aus.