

Teil47 (Tracht) Pflanzen Barbarakraut oder Winterkresse *Barbarea vulgaris*

Die **Echte Winterkresse** (*Barbarea vulgaris*), auch Barbarakraut, genauer **Gewöhnliches Barbarakraut** oder **Echtes Barbarakraut** genannt, ist eine Pflanzenart in der Familie der Kreuzblütler (Brassicaceae). Winterkresse kann als Salat oder Gemüse verwendet werden und ihr wird in der Naturheilkunde eine blutreinigende Wirkung nachgesagt.



Die zweijährige Pflanze erreicht Wuchshöhen zwischen 30 bis 90 cm. Sie bildet im ersten Jahr ihre Blätter und im Frühjahr darauf erscheinen die gelben Blüten. Die Grundblätter sind eiförmig: Sie besitzen mehrere Paare von Seitenlappen und einen rundlichen, am Grunde oft herzförmigen Endlappen.

Diese Pflanzenart ist in der gemäßigten Zone inzwischen weltweit verbreitet.

Wegränder, Äcker, Spülsäume von Gewässern, Kiesgruben, Bahndämme.

Stickstoffhaltige Böden werden bevorzugt.

Die Winterkresse ist der Heiligen Barbara gewidmet - Schutzpatronin der Bergleute und Steinbrucharbeiter. In vielen Gegenden wird sie daher auch **Barbarakraut** genannt.

Andere volkstümliche Namen für Winterkresse sind: *Echtes Barbarakraut*, *Gemeine Wasserkresse*, *Frühlingsbarbarakraut*.

Auch die Nutzung der Blätter als Wildgemüse bis in den Dezember (Barbaratag) gilt als mögliche Namensherkunft.



Die frischen Blätter der Winterkresse stehen bis in den Winter hinein als würzige, vitaminreiche Salatpflanze zur Verfügung. Fischgerichten verleiht es eine scharfe und würzige Note.

Winterkresse erinnert an den scharf-würzigen Geschmack von Kresse oder Brunnenkresse. In Butter gedünstet ergibt Winterkresse ein spinatähnliches Gemüse.

Winterkresse regt den Appetit an, wirkt blutreinigend und harntreibend.