

Essbare Wildkräuter

Große Brennnessel

Botanischer Name:

Urtica dioica, Familie der Brennesselgewächse

Andere Namen:

Donnernessel

Die **Brennnessel** kommt häufig auf nährstoffreichen, auch feuchten Standorten wie Auenwäldern, Ufern, Wegrändern, Schuttplätzen vor. Sie zeigt eine hohe Stickstoffversorgung des Bodens an.

Die **Blätter der bis 1,5 m hohen Brennnessel** sind meist dunkelgrün, eiförmig, am Rand grob gesägt und haben, wie der vierkantige Stängel, Brennhaare. Diese sind nach oben gerichtet und brechen bei Berührung von oben ab, das Nesselgift kann entweichen. Dies dient als Schutz vor Pflanzenfressern. Das sanfte Anfassen von unten nach oben brennt nicht.

Die Blüten entwickeln sich in den oberen Achseln der kreuzgegenständigen Blattpaare. Die Brennnessel ist zweihäusig, es gibt also männliche und weibliche Pflanzen.

Viele Schmetterlingsraupen sind auf die Brennnessel als Nahrungsquelle angewiesen.



Schon in frühester Zeit wurden aus den Brennnesselstängeln Fasern gewonnen, aus denen der strapazierfähige, hautfreundliche und zugleich weiche Nesselstoff hergestellt wurde.

Brennnesselbrühe oder -jauche wird gerne im Garten zum Düngen und als Pflanzenschutz eingesetzt.

Für die Küche können die jungen, mineral- und vitaminreichen Blätter für Gemüse und Aufläufe sowie die Samen äußerst vielseitig verwendet werden.

