



Zahnstocher mit Würze

Bereits die Alten Ägypter schätzten das Bischofskraut (*Ammi visnaga*) als Heilpflanze und verwendeten es gegen Harn- und Blasensteine oder bei Krampfstörungen. Auch in den Kräuterbüchern der Renaissance anerkannten Naturforscher wie der Deutsche Arzt Adam Lonitzer seine Vorzüge gegen das «Bauchgrimmen» und bei Menstruationsbeschwerden. Neue Forschungen konnten diese Wirkungen bestätigen. Zudem enthalten die Samen pharmakologisch aktive Inhaltsstoffe: ein herzwirksames Glykosid hat eine positive Wirkung auf die Durchblutung des Herzmuskels.

Das Bischofskraut stammt aus dem Mittelmeergebiet und kommt von den Kanarischen Inseln bis nach Vorderasien vor. Nördlich der Alpen wurde es gelegentlich verschleppt, so auch in der Schweiz im Kanton Zürich. In Nord- und Südamerika ist die wärmeliebende Pflanze eingebürgert. Sie gehört zur Familie der Doldengewächse (Apiaceae) und ähnelt der Wilden Möhre. Das ein- bis zweijährige Gewächs wird rund einen Meter hoch, hat sparrige und mehrfach gefiederte Blätter. Die grossen Blütendolden sind endständig und tragen bis zu hundert Doldenstrahlen, auf denen unzählige weisse Blüten stehen. Fliegen, Schwebefliegen, Käfer, Wespen und Schmetterlinge besuchen die leuchtenden Blüten, sammeln Nektar und Pollen und sorgen für deren Bestäubung. Als Anpassung an das trockene Sommerklima im Mittelmeerraum öffnen sich die ausgereiften Dolden nur bei genügend Feuchtigkeit; bei Trockenheit ziehen sie sich dicht und nestförmig zusammen. Die Pflanze entlässt ihre Samen nur bei Regenwetter und diese finden so günstige Keimungsbedingungen. Die verholzten Doldenstrahlen sind bei der Reife dick und starr und werden in orientalischen Ländern noch heute als würzig duftende Zahnstocher verwendet.