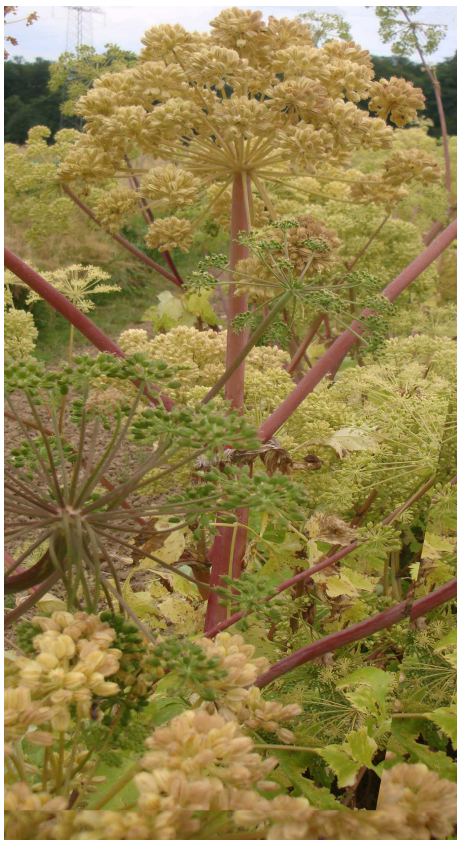
Die Erzengelwurz – *Angelica archangelica*

Die Erzengelwurz bildet mit ihren mächtig ausstrahlenden kugeligen Dolden eine imposante Pflanzengestalt, die bis 2 m hoch wird. Schon im 14. Jahrhundert wurde sie von Mönchen als eine der wichtigsten Kultur- und Heilpflanzen aus dem Norden in südliche Klostergärten gebracht. Auch in der Schweiz hat sie in Heilpflanzengärten zu Schauzwecken historische Bedeutung und wird bis heute für die Heilmittelproduktion angebaut.
Aus Island, Norwegen und Grönland stammen auch die Rezepte, die ihr Potential als Nahrungspflanze ausweisen: Die jungen aromatischen Stiele und Blätter, deren Duft an ein Gemisch aus Sellerie und Ananas erinnert, wurden dort als eines der seltenen Wintergemüse gedünstet zubereitet. Aroma, Farbe und Heilkraft der Rosetten und Wurzeln sind im Winter am intensivsten und weisen auf die ungewöhnliche Vitalität der Pflanze in dieser Jahreszeit hin.

Einheimisch ist hier nur eine der 50 Arten der Gattung Engelwurz, die in feuchten Wiesen verbreitete Waldengelwurz. Die übrigen kommen nur in den nördlichen Teilen der Nordhemisphäre vor. Sie gehören zur Familie der Doldenblütler (*Apiaceae*), die einige unserer wichtigsten Nahrungspflanzen wie Möhre und Sellerie stellt.

Die Laubblätter der Erzengelwurz sind kahl, ihre Fiederblätter sind zwei bis mehrfach gelappt und können in der Rosette bis 90 cm lang werden. Der fein gerillte markigröhrige Stängel verzweigt sich nach oben hin und trägt ab Juni an seinen Ästen typisch bauchige stängelumfassende Blattscheiden; endständig schieben sich aus den blasigen Scheiden die Dolden hervor, deren kugelige Form sich in den Blütendöldchen zweiter Ordnung wiederholt.

Angelica archangelica, Blütendöldchen



A. archangelica : Samenstände

Rosette

Umhüllte Knosp

Anbau und Ökologie

Angelica bevorzugt einen nahrhaften, tiefgründigen und lockeren Boden in sonniger Lage. Schwere, steinige Böden sind ungeeignet. Die Pflanzen haben einen hohen Wasserbedarf, vertragen aber keine Staunässe.
Die Erzengelwurz wird zwei- bis vierjährig und stirbt nach erstmaligem Blühen und Fruchten ab. Die Wurzeln müssen daher vor der Blüte im Winter des zweiten Vegetationsjahres geerntet werden.

Die Samen sind nur wenige Monate keimfähig und sollten gleich nach der Samenreife im Juli / August gesät oder bis zur Aussaat im nächsten Frühling im Kühlschrank aufbewahrt werden. Eine Voranzucht mit Pikieren und Topfen ist empfehlenswert. Die jungen Pflänzchen sind schneckenfrassgefährdet.

Die Engelwurz ist eine Insektenpflanze. Fliegen, Bienen (Nektar) und Wildbienen, Schwebfliegen, Florfliegen und Grabwespen befliegen die Blüten der Engelwurz intensiv. Diese werden auch häufig von Baum-, Blumen- und Blindwanzen besucht, sowie von diversen Käfern wie z.B. Bockkäfer und Rosenkäfer.

Normalerweise bildet sich im zweiten Jahr nach der Pflanzung von *A. archangelica* eine üppige Rosette aus. Einzelne Pflanzen können aber auch schon zur Blüte kommen.

Inhaltsstoffe und Indikationen

Beim Zerschneiden der Wurzel wird ein milchiger Saft frei, der harzig-scharf und bitter schmeckt und zusammenziehend wirkt. Das weist auf die Hauptwirkstoffe: Bitterstoffe und Gerbstoffe, verschiedene ätherische Öle, organische Säuren und Tocopherol (Vitamin E).

Einige isolierte Wirkstoffe haben im Tierversuch immunstimulierende Effekte gezeigt. Man kann dies als Bestätigung alter volksheilkundlicher Indikationen auffassen, z.B. des mittelalterlichen Glaubens an den Schutz vor Ansteckung. Allgemein anerkannt ist die stärkende und aufbauende Wirkung der Erzengelwurz als aromatisches Bittermittel (*Amarum aromaticum*).

Beet mit Samenständen, links blühender Fingerhut (*Digitalis purpurea*).

Nebenwirkungen

Alle Teile der Erzengelwurz enthalten Furanocumarine, die die Lichtempfindlichkeit der Haut erhöhen. Im Zusammenhang mit UV-Strahlen können nach der Einnahme mehr oder weniger stark ausgeprägte Hautentzündungen auftreten. Eine Exposition in starker Sonneneinstrahlung sollte während der Behandlung vermieden werden, und auch bei Kultur und Saatguternte empfiehlt es sich, bei Sonne Handschuhe zu tragen.

Deskriptoren Archangelica Hortus

Angelica archangelica		
Habitus und Population	MW	STABW
Pflanzenhöhe Rosette 2. Jahr bis Obergrenze Canopy (Mittelwert aus 10 Pflanzen)	70.6	8.3
Pflanzenhöhe blühend	108.5	20.1
Variabilität des Bestandes	mittel (relativ homogen)	
Anzahl Triebe pro Pflanze inkl. Haupttrieb (Mw aus 10 Pflanzen)	6.9	1.3
Behaarung der Triebe	keine	
Blätter (Mittelwert der Blätter von 15 Pflanzen)	Def.: Tragblatt des 5. Blüten-standes von oben	
Länge in cm (Blatt sitzend, inklusive stengelumfassende Hülle)	44.4	11.7
Länge Spreite	28.8	7
max. Breite Spreite	47.6	15.3
Verhältnis Blattlänge/Breite	0.62	0.11
Behaarung der Blattoberfläche	keine	
Behaarung der Blattunterfläche	keine	
Behaarung der Blattnervatur	keine	
Blüten (Mittelwert von 22 Dolden)		
Blütendurchmesser in mm (ganze Mitteldolde)	197.7	52
Anzahl Döldchen pro Blütenstand	48	10.9
Samen		
Tausenkorngewicht	6.10	0.04
Grösse oder Durchmesser in mm	Same 5 x 1-2 mm, umgeben von einer Samenschale von 5-7 x 3-5mm Grösse	
Form	länglich oval, eine Seite mit Mittelrippe spitz zulaufend; Samenschale geflügelt.	
Oberfläche	Same braunschwarz gerillt; Schale: beige, einseits 3 Rippen, Innenseite zweigeteilt.	
Erntetermin	24.07.2013	
Keimfähigkeit	76% Okt. 14	
Keimdauer	2-6 Wochen	
Bemerkungen	Saatgut ungekühlt nur wenige Wochen keimfähig. Aussaat bald nach Samenernte oder im Kühlschrank lagern.	

RR, 20.1.2015