

Ackerlauch

Allium ampeloprasum

Amaryllidaceae · Allium · Asparagales · Liliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Perennierende Pflanze, bis zu 1,8 m hoch. Weiße, rosa oder rote Blüten in einer dichten Traube (Umbel). Rundlicher Stängel.

WIRKUNG

antibakteriell, entzündungshemmend, verdauungsfördernd

ANWENDUNG

- Küche
- Medizin

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Innerlich: regelmässig eingenommen, fördert Ackerlauch-Saft die Verdauung, regt den Stoffwechsel an und verhindert Arteriosklerose.

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- bei Verdauungsproblemen oder als entzündungshemmendes Mittel (historisch belegt)

ÜBERLIEFERTES WISSEN

- Symbol von Wales und St. David's Day
- Historische Nutzung in alten Ägypten, Rom und biblischen Zeiten
- Traditionelle Nutzung in der Volksmedizin für diuretische, antihelminthische und schwitzende Eigenschaften

ERKENNUNGSMERKMALE

Weiße, rosa oder rote Blüten in einer dichten Traube (Umbel). Rundlicher Stängel. Flach, bandförmige Blätter bis zu 60 cm lang.

WUCHS

perennis

BLÜTEZEIT

- Frühling bis Sommer (April-Juni)

STANDORT

Sonnige Stellen

HERKUNFT

Südliches Europa, Nordafrika, Westasien

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter
- Stängel

ZUBEREITUNG

- Geröstet
- gekocht
- gemahlen

ERNTZEIT

- Teil: Blätter · Monate: [5, 6] · Hinweis: ... · Mondphase: abnehmend
- Teil: Zwiebeln · Monate: [9, 10] · Hinweis: ... · Mondphase: wachsend

SAMMELN

- Monate: [3, 4, 5] · Hinweis: Mit der Hand oder scharfem Messer abschneiden; nicht die gesamte Pflanze ausreißen · Mondphase: wachsender Mond · Bedingungen: Feuchte, schattige bis halbschattige Plätze (Wälder, Gärten, Uferbereiche) · Pflanzenteil: Blatt · Reifezustand: vor Reife
- Monate: [9, 10] · Hinweis: Ausgraben und vorsichtig reinigen · Mondphase: abnehmender Mond · Bedingungen: Feuchte, humusreiche Erde · Pflanzenteil: Zwiebel · Reifezustand: nach Blüte
- Monate: [5, 6] · Hinweis: Vorsichtig abschneiden · Mondphase: wachsender Mond · Bedingungen: Feuchte, schattige bis halbschattige Plätze (Wälder, Gärten, Uferbereiche) · Pflanzenteil: Blüte · Reifezustand: reif

INHALTSSTOFFE

- (2r)-2-amino-3-[(s)-methanesulfinyl]propanoic acid
- 2-amino-3-methanesulfinylpropanoic acid
- (2r)-2-amino-3-(propane-1-sulfinyl)propanoic acid
- (2r)-2-amino-3-(ethanesulfinyl)propanoic acid
- isoalliin
- 2-amino-3-(ethanesulfinyl)propanoic acid
- diosgenin
- propyl disulfide
- (2s)-2-amino-3-(prop-2-ene-1-sulfinyl)propanoic acid
- allicin
- astragalin
- alliin
- garlicin
- 2-amino-3-[(1z)-prop-1-ene-1-sulfinyl]propanoic acid
- (1e)-1-(methanesulfinylsulfanyl)prop-1-ene
- {[(1e)-prop-1-ene-1-sulfinyl]sulfanyl}methane
- quercetin
- 1-hydroxy-1-(prop-2-en-1-yloxy)-1λ⁶-disulfen-1-one
- allyl propyl disulfide
- prop-2-en-1-ylsulfanylsulfonic acid
- (1e)-1-[(propane-1-sulfinyl)sulfanyl]prop-1-ene
- 1-hydroxy-1-[(1e)-prop-1-en-1-yloxy]-1λ⁶-disulfen-1-one
- [(propane-1-sulfinyl)sulfanyl]methane
- 1-hydroxy-1-[(1z)-prop-1-en-1-yloxy]-1λ⁶-disulfen-1-one
- 1-(methanesulfinylsulfanyl)propane
- 1-hydroxy-1-propoxy-1λ⁶-disulfen-1-one
- propylsulfanylsulfonic acid

- 1-[[[(1e)-prop-1-ene-1-sulfinyl]sulfanyl]propane
- (1z)-prop-1-en-1-ylsulfanylsulfonic acid
- (1e)-1-[[[(1e)-prop-1-ene-1-sulfinyl]sulfanyl]prop-1-ene

ÄTHERISCHE ÖLE

- 7,11,15-trimethyl-3-methylidenehexadec-1-ene
- isophytol

IN DER KÜCHE

- Nahrungsmittel
- Medizinische Nutzung seit langem

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

GIFTIGE TEILE

- Wurzeln und Samen enthalten Saponine, die potenziell giftig sind

GIFTIG FÜR

- Tiere

GEGENANZEIGEN

- Schwangerschaft (insbesondere drittes Trimenon)
- Magengeschwüre
- Agranulozytose

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Wild leek (Ackerlauch) sollte nicht in der Nähe von Alfalfa angebaut werden, da dies negative Auswirkungen auf die Wachstumsgeschwindigkeit beider Pflanzen hat. · Pflanze latein: *Allium ampeloprasum* · Pflanze deutsch: Ackerlauch
- Typ: hemmt · Hinweis: Wild leek (Ackerlauch) hemmt das Wachstum von Schleimpilzen. · Pflanze latein: *Allium ampeloprasum* · Pflanze deutsch: Ackerlauch
- Typ: hemmt · Hinweis: Wild leek (Ackerlauch) hemmt das Wachstum von Bohnen und anderen Schleimpilzen. · Pflanze latein: *Allium ampeloprasum* · Pflanze deutsch: Ackerlauch
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Leek (Zwiebel) sollte niemals mit *Galéga officinalis* kombiniert werden, da diese Kombination lebensbedrohlich für Ochsen sein kann. · Pflanze latein: *Allium ampeloprasum* · Pflanze deutsch: Ackerlauch

QUELLEN

- Typ: web · Url: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17918162/> · Titel: Garlic (*Allium sativum* L.): adverse effects and drug interactions in humans - PubMed
- Typ: web · Url: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/mnfr.200700072> · Titel: Garlic (*Allium sativum* L.): Adverse effects and drug interactions in humans - Borrelli - 2007 - Molecular Nutrition & Food Research - Wiley Online Library
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Leek> · Titel: Leek - Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Ackerlauch> · Titel: Ackerlauch - Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Leek> · Titel: Leek - Wikipedia
- Typ: web · Url: https://tr.wikipedia.org/wiki/Allium_ampeloprasum · Titel: Alliumampeloprasum-Wikipedi
- Typ: web · Url: <https://plants.ces.ncsu.edu/plants/allium-ampeloprasum/> · Titel: Alliumampeloprasum(Broadleaf Wild Leek, Wild Leek)
- Typ: web · Url: [https://www.journalofdairyscience.org/article/S0022-0302\(21\)00768-2/fulltext](https://www.journalofdairyscience.org/article/S0022-0302(21)00768-2/fulltext) · Titel:

Stimulatory effect of *Allium ampeloprasum*... - Journal of Dairy Science

- Typ: web · Url: <https://heilkraeuter.de/lexikon/ackerlauch.htm> · Titel: Ackerlauch
- Typ: web · Url: https://www.picturethisai.com/de/toxic/Allium_ampeloprasum.html · Titel: Ist Ackerlauch giftig?
- Typ: web · Url: https://jims.mui.ac.ir/article_14231.html · Titel: (Allium...)
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/51095129_The_antioxidant_capacity_of_leek_Allium_ampeloprasum_var_porrum · Titel: (PDF) The antioxidant capacity of leek (*Allium ampeloprasum* var....)
- Typ: web · Url: <https://www.dict.cc/?s=Ackerlauch> · Titel: Ackerlauch | Übersetzung Englisch-Deutsch
- Typ: web · Url: <https://www.aaronsipfphoto.com/allium-ampeloprasum.php> · Titel: Alliumsp.
- Typ: web · Url: <https://slydventure.net/les-poireaux-perpetuels-allium-ampeloprasum-var-babingtonii/> · Titel: Les poireaux perpétuels (*Allium ampeloprasum* var....) - SlyDventure
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Allium%20ampeloprasum> · Titel: LOTUS — Allium ampeloprasum
- Typ: web · Url: https://www.pflanzen-deutschland.de/Allium_ampeloprasum.html · Titel: Ackerlauch-Pflanzen in Deutschland
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Allium_ampeloprasum · Titel: Allium ampeloprasum-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://phytochem.nal.usda.gov/ethnobotanical-plant-allium-ampeloprasum> · Titel: Ethnobotanical Plant Allium ampeloprasum
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+ampeloprasum+babingtonii> · Titel: Allium ampeloprasum babingtonii Babington's Leek PFAF Plant...
- Typ: web · Url: https://www.academia.edu/74070022/An_Extensive_Review_on_Allium_ampeloprasum · Titel: (PDF) An Extensive Review on Allium ampeloprasum
- Typ: web · Url: https://link.springer.com/rwe/10.1007/978-3-031-43105-0_22 · Titel: Allium cepa L. Allium ampeloprasum L. Allium sativum L. Amaryllidaceae | Springer Nature Link
- Typ: web · Url: <https://journal.envirocnj.in/index.php/ecj/article/view/3210> · Titel: Ethnobotany, phytochemistry and biological activities of the genus Allium L. | Environment Conservation Journal
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Allium_ampeloprasum · Titel: Allium ampeloprasum-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Allium+ampeloprasum> · Titel: Allium ampeloprasum Wild Leek, Broadleaf wild leek PFAF Plant...
- Typ: web · Url: <https://plants.ces.ncsu.edu/plants/allium-ampeloprasum/> · Titel: Allium ampeloprasum (Broadleaf Wild Leek, Wild Leek)
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Allium_ampeloprasum · Titel: Allium ampeloprasum-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+ampeloprasum+babingtonii> · Titel: Allium ampeloprasum babingtonii Babington's Leek PFAF Plant...
- Typ: gbif · Url: https://www.gbif.org/species/search?q=Allium_ampeloprasum · Titel: GBIF — Allium ampeloprasum
- Typ: web · Url: https://www.picturethisai.com/de/care/Allium_ampeloprasum.html · Titel: Wie man Ackerlauch anbaut und pflegt