

# Giersch | Heilpflanze und Küchengemüse

(*Aegopodium podagraria*)



\_ Giersch  
(*Aegopodium podagraria*)  
eine gleichermaßen gesunde wie lästige Pflanze im Garten

## Inhalt

---

- 

[Giersch in der Küche](#)

## [Heilpflanze und Küchengemüse Giersch](#)

- 

### [Giersch das Unkraut](#) [Bekämpfungsmethoden](#)

- 
- [Liste weiterer Wurzelunkraut-Arten](#)

- 

### [Weitere Themen zu Unkraut & Bekämpfung](#)

## Nutzen von Giersch und dessen Bekämpfung

Die Samen des Giersch sind sehr lange [keimfähig](#). Gefürchtet ist er im Garten aber vor allem wegen seiner vielen unterirdisch treibenden Wurzeläusläufer. Über Jahrhunderte war er wesentlicher Bestandteil in der Heilmedizin und vielen ist unbekannt, dass Giersch in Blüte mit seinen Dolden nicht nur sehr hübsch ist, sondern auch einen äußerst gesunden und wohlschmeckenden Salat oder Spinat abgibt, weswegen man ihn an manchen Stellen durchaus dulden könnte oder sollte. Die Blätter schmecken intensiv aromatisch und passen auch sehr gut zu Suppen. Weniger hübsch ist Giersch natürlich in den [Beeten](#). Aber dagegen kann man etwas tun.

Die [Rhizome](#) des Gierschs bilden dichte Kolonien und werden sie geteilt, wachsen aus jedem Stück neue Pflanzen.

Der Giersch kommt in allen gemäßigten Gebieten Europas vor und wurde in Nordamerika eingeschleppt. Er bevorzugt [stickstoffreiche](#) humose Böden ([Zeigerpflanze](#)) und feuchte, schattige Plätze um und unter Gebüsch.

## Giersch in der Küche

- 

### **Brühe und Konzentrat**

Mit anderen Kräutern oder Gemüse können Sie mit Giersch als Zutat eigene Brühen herstellen oder Konzentrate, die mit Salz oder im Backofen getrocknet werden.

- 

### **Salate**

Für Salate eignen sich vor allem die jungen, kleinen Blätter und Blattspitzen.

- 

### **Pesto**

Auch als Zutat für ein Pesto ist Giersch geeignet (s. [Giersch-Pesto](#)).

- 

### **Suppen**

In der Suppe macht sich Giersch in Kombination mit [Brennnesseln](#) oder [Löwenzahn](#) sehr gut.

- 

### **Giersch-Tee**

ist im Geschmack würzig und regt den Stoffwechsel an. Er soll auch entzündungshemmend wirken. Sammeln Sie die Blätter im Frühjahr vor der Blüte ein und trocknen und lagern Sie diese an einem dunklen, trockenen Ort.

## **Bekämpfung von Giersch**



Giersch im Garten ist fast unverkennbar

•

## Präventivmaßnahmen gegen Giersch

Wenn Sie Giersch im Garten haben, und diesen zu beseitigen planen, sollten Sie ihn vor allem zuerst daran hindern, sich auszusamen. Entfernen Sie also rechtzeitig alle Blüten, indem Sie z.B. mit einer Sense darüber her gehen oder ihn irgendwie abmähen. Bildet er erst Samen, werden die folgenden Bekämpfungsmethoden nur mehr erschwert, denn die Samen überdauern mitunter sehr lange im [Boden](#) und Sie fangen immer wieder von vorne an.

•

### Giersch und Rasen

Für die geplante [Anlage von Rasenflächen](#) braucht man keine Sorgen zu haben, denn Giersch verträgt das Begehen gar nicht und nach häufigem Durchlaufen von mit Giersch bestandenen Flächen schwindet er. Es ist also nicht nötig, viel auf einer gierschverseuchten Fläche zu unternehmen, auf der Rasen ausgesät werden soll. Das gilt auch für bestehende Rasenflächen, denn das Rasenmähen tut sein Übriges. [Rasen](#) bildet zudem eine gute Barriere zwischen Beeten und Anlagen mit Giersch (s.u. und [Unkraut im Rasen](#))

•

### Bepflanzung gegen Giersch

Durch dichten Bestand von Tagetes oder durch Umgraben und den Anbau von [Kartoffeln](#) oder Buschbohnen in engem Verband kann Giersch stark verdrängt oder ausgerottet werden.

Auch eine Bepflanzung in Blumenbeeten mit Bodendeckern, vor allem bodendeckenden [Stauden](#), wie die Goldnessel (*Lamium galeobdolon*), Glockenblumen (*Campanula*), Pfennigkraut (*Lysimachia nummularia*) oder Storchschnabelarten (*Geranium endresii*, *Geranium x oxonianum* Claridge Druce hemmen Giersch.

•

### Chemie gegen Giersch

Chemisch ist Giersch kaum in den Griff zu bekommen. Er strotzt Glyphosaten und auch vielen anderen Mitteln. Essen Sie ihn lieber, anstatt sich die Erde Ihres Gartens zu vergiften.

•

### Düngung gegen Giersch

Durch [Kalkgaben](#), insbesondere [Kalkstickstoff](#), ist er jedoch kleinzubekommen. Allerdings ist vorher zu ergründen, ob Kalkgaben für den [Boden](#) oder vorhandene oder geplante Bepflanzungen sinnvoll oder notwendig sind und ob insbesondere Kalkstickstoff, aber auch Düngekalk nicht wohlmöglich vorhandene Kulturpflanzen in der Nähe in starke Mitleidenschaft ziehen oder [Verbrennungen](#) verursachen könnten. Eine Anwendung ist daher eigentlich nur für Beete in Vorbereitung sinnvoll.

- ## Mulchen gegen Giersch

[Mulchen](#) funktioniert beim Giersch effizient, aber nur mit dicker Pappe oder [Folien](#), die sehr lange (mind. 1 Jahr) liegen sollten. Neupflanzungen können unter Mulchfolien oder [Mulchvlies](#) erfolgen. Dabei werden die Kulturpflanzen in die [Folie](#) gepflanzt und alle Bereiche drum bleiben unter der Folie unkrautfrei. Diese Methode kann man sowohl für [Staudenbeete](#) oder Grünanlagen verwenden, als auch für [Erdbeeren](#) oder Gemüse. Achten Sie auf die Qualitäten der [Folien](#) und ob bzw. wie oft man sie wiederverwenden kann.

- ## Mechanisch und Händisch gegen Giersch

Jäten oder Abschneiden des Gierschs nutzt gar nichts, im Gegenteil – es regt sein Wachstum nur an. Auch ein Umgraben befallener Flächen ist vergeudete Liebesmüh, denn Giersch kommt so immer wieder. Seine [Rhizome](#) und fleischigen [Wurzeln](#) treiben immer wieder aus und werden durch Zerteilung nur vermehrt.

Händisch oder mechanisch lässt sich Giersch nur auf eine sehr konsequente Weise entfernen: die Wurzeln müssen aus dem [Boden](#) entfernt werden, indem man mit der [Grabegabel umgräbt](#) und jedes Stück Erde durchkämmt, um die [Rhizome](#) herauszufiltern. Diese Methode ist zwar die arbeitsintensivste, aber auch die effektivste, neben dem [Mulchen](#) mit [Folien](#).

Die [Wurzeln](#) sollten keinesfalls frisch auf den [Kompost](#), sondern erst nachdem sie einige Tage in der Sonne komplett eingegangen sind.

- ## Giersch zu nutzen machen

Sich können Giersch als guten und ökologisch wertvollen Bodendecker unter Bepflanzungen mit größeren Sträuchern oder sehr hohen [Stauden](#) oder unter Hecken nutzen, die nicht unbedingt Mittelpunkt Ihrer Gartenanlage sind. Giersch muss nicht zwingend bekämpft werden. Zudem können Sie ihn hier immer bequem ernten und für Ihre Salate, Suppen oder Spinat verwenden.

Als Begrenzung zu Beeten wären [Wurzelsperren](#) sinnvoll. Noch besser sind aber Barrieren aus Rasenstreifen s.u.

- ## Wurzelsperre gegen Giersch

Wenn Sie sich entschlossen haben sollten, den Giersch an der einen oder anderen Stelle im Garten zu dulden oder zu nutzen, indem Sie ihm z.B. gestatten unter Sträuchern, in der einen oder anderen Gartenecke oder an Hängen zu wachsen, wäre eine Abgrenzung zu Beeten mit Kulturpflanzen mittels einer Wurzelsperre sinnvoll, wie man sie auch bei Bambus einsetzt. Ebenfalls verwendbar wäre eine [Folie](#) oder ein [Unkrautvlies](#), das senkrecht eingebracht wird. Die Mindestdtiefe sollte 30 cm, besser 40 cm betragen.

- 

## Rasen als Barriere gegen Giersch

Noch besser und vor allem einfacher, als [Wurzelsperren](#) einzugraben sind Barrieren aus [Rasenstreifen](#) unterschiedlichster Breite. Sie sollten aber mind. 1 Meter breit sein. Da diese Rasenstreifen regelmäßig gemäht oder begangen werden, kann der Giersch sich hier nicht ausbreiten und diese Hindernisse nicht überwinden. Nur das [Mähen](#) nicht versäumen und ggf. die Blüten oder Fruchtstände des Gierschs ab und an runterschneiden, sollte Gefahr bestehen, dass die Samen schmale Rasenbarrieren überwinden könnten.

## Liste der wichtigsten Wurzelunkraut–Arten

Zu den häufigsten Wurzelunkräutern zählen vor allem folgende Pflanzen:

[Acker-Kratzdistel](#) | [Ackermintze](#) | [Acker-Schachtelhalm \(Zinnkraut\)](#) | [Ackerwinde](#) | [Brennnessel](#) | [Giersch](#) | [Efeu-Gundermann](#) | [Günsel](#) | [Kriechender Hahnenfuß](#) | [Weißklee](#) | [Löwenzahn](#) | [Quecke](#) | [Wegerich \(Spitz-, Weide- und Breitwegerich\)](#) | [Zaunwinde](#)

- 

## Themen zu Unkraut & dessen Bekämpfung

- 

[Unkraut](#)

- 

[Unkrautbekämpfung](#)

- 

[Unkrautvlies / Mulchvlies](#)

- 

[Unkrautvernichtungsmittel](#)

- 

[Unkraut im Rasen bekämpfen](#)

- 

[Wurzelunkräuter - Arten und Bekämpfung](#)

---

- 

[Zeigerpflanzen](#) (Liste Stickstoffanzeiger und andere)

- 

[Liste biologischer und chemischer Pflanzenschutzmittel](#)