

# Gekielter Lauch

Allium carinatum (Lauchgewächs)

## Biologie

Der Gekielte Lauch bildet kleine lilapurpurfarbene Blüten an langen Blütenstielen, zusammengefasst in bis zu 30-blütigen Blütenständen (Dolden) und eingehüllt von zwei grünen, langgezogenen Hüllblättern. Am Grund der Blütenstiele sitzen Brutknospen (Bulbillen), die der vegetativen Vermehrung dienen. Die Blätter sind „schnittlauchartig“, jedoch flach zusammengedrückt. Auf der Blattunterseite zeigen sich die namensgebenden Kiele, ähnlich einem Bootskiel, in Form von einigen feinen Rillen.



**Lebensraum** des Gekielten Lauchs sind trockene und feuchte Magerwiesen sowie lichte Föhrenwälder, wo er von Juni bis August blühend anzutreffen ist. Das Vorkommen des Gekielten Lauchs erstreckt sich über die gesamte Steiermark, von der Hügelstufe (200 m) bis in die Bergstufe (1.600 m).



## Verwendung & Ethnobotanik

Zu den Inhaltsstoffen des gekielten Lauchs zählen Mineralsalze, Schleimstoffe, schwefelhaltige Verbindungen, Lauchöl und Vitamin C. Der Grundgeschmack der Pflanze ist würzig-scharf und ähnelt dem des kultivierten Schnittlauchs. In der Küche werden die Zwiebel und Blätter verwendet, vor allem frisch, zum Würzen von Aufstrichen, Saucen, Suppen, Salaten und jeglichen warmen Speisen. Der Geschmack der Pflanze kann durch Einfrieren und Einlegen in Öl haltbar gemacht werden. Die Blüten eignen sich als würzige essbare Dekoration.

Rezeptbeispiel: Kräftige Polentasuppe mit Gekieltem Lauch und Kürbiskernöl

Wie alle Lauchgewächse gilt auch der Gekielte Lauch in der **Volksmedizin** als allgemein stärkend, bakterienhemmend und wird als antiseptisches, magenwirksames, abführendes und ent-schlackendes Mittel eingesetzt. Er soll zu hohen Blutdruck und Colesterinspiegel senken.

[www.naturparke-steiermark.at](http://www.naturparke-steiermark.at)



Europäischer  
Landwirtschaftsfonds  
für die Entwicklung des  
ländlichen Raums. Hier  
investiert Europa in die  
ländlichen Gebiete

