



Artenvielfalt  
aus der Natur in den Garten



In dieser kleinen Serie stellen wir Ihnen heimische Wildpflanzen unserer Heidelandschaft und ihre Bedeutung für die Insekten vor. Durch die Verwendung dieser Pflanzen im Hausgarten oder auf dem Balkon können auch Sie einen Beitrag zur Artenvielfalt leisten.

# Der Wiesen-Salbei

## *Salvia pratensis*

- Natürliches Vorkommen
- Bedeutung für Insekten
- Verwendung im Garten
- Wissenswertes





## Natürliches Vorkommen auf den Heideflächen

- trockene, kalkreiche Wiesen
- Wegränder
- Böschungen und Dämme



Heidewiese bei Eching mit Wiesen-Salbei, Karthäuser-Nelke, Schafgarbe

# Merkmale

- 20-60 cm hoch
- vierkantiger, behaarter Stengel
- runzelige, eiförmig-lanzettlich Blätter
- dunkelblaue Lippenblüten
- etagenförmig angeordnet,
- Blütezeit: April - August
- wurzelt bis über 1 m tief, verträgt daher Trockenheit gut



# Bedeutung für Insekten

Nektarpflanze für Wildbienen, Hummeln und viele Schmetterlinge (u.a. Bläulinge und Schwalbenschwanz)

Den Nektar der Blüten können nur langrüsslige Bienen und Hummeln oder Schmetterlinge erreichen. Mit ihrem Kopf lösen sie bei Besuch der Blüte einen Mechanismus aus, durch den die oberen Enden der Staubblätter Pollen auf den Rücken des Insekts abladen.

Hier kann man den Stempelmechanismus in Zeitlupe sehen:  
<https://www.youtube.com/watch?v=mWEyEvmD7DA>



# Verwendungsmöglichkeiten im Garten

## In der Blumenwiese

Der Wiesensalbei kann in einer Blumenwiese, gemeinsam mit Mageriten, Acker-Wittwenblumen, Glockenblumen, Schafgarbe oder Flockenblumen angesät werden. Mit diesen heimischen Wildpflanzen holen Sie sich ein Stück Natur nach Hause und unterstützen die Artenvielfalt in Ihrem Garten. Die Blumenwiese sollte nur 1 bis 2-mal im Jahr gemäht werden und das Schnittgut entfernt werden.



# Verwendungsmöglichkeiten im Garten

## Auf dem Balkon oder im Blumenkübel

Für die Kultur im Topf oder Balkonkasten ist der Echte Salbei (*Salvia officinalis*), der mediterrane Verwandte unseres Salbeis gut geeignet. Seine violettblauen Blüten locken zahlreiche Insekten an. Die aromatischen Blätter können in der Küche verwendet werden. Der Echte Salbei benötigt einen sonnigen und warmen Standort. Der Boden sollte durchlässig sein und Staunässe vermieden werden.



# Verwendungsmöglichkeiten im Garten

## Im Staudenbeet

Der Wiesen-Salbei eignet sich sehr gut für trockene Standorte. Er ist recht anspruchslos und eignet sich auch als Rosenbegleiter im Beet.

Kulturformen des Salbeis für das Staudenbeet (nicht zum Verzehr geeignet):

*Salvia nemorosa* `Ostfriesland` (Steppen-Salbei)

Blüte: rotviolett; Juni – September

Höhe: 40 cm

Standort: sonnig; Beet/Freifläche – normale, frische Böden



(C) Alexander Krieghoff



(C) Alexander Krieghoff

Staudenpflanzung an der Fürholzener Str., Eching

*Salvia sclarea* (Muskateller-Salbei)

Blüte: rosa violett,

Duft: herb, harzig, würzig;

Blüte: Juni – August

Höhe: 80 – 120 cm

Standort: sonnig; Beet – trockene Böden

Achtung: Pflanze ist 2-jährig, im ersten Jahr Rosettenbildung, im zweiten Jahr Ausbildung des Blütenstandes, danach Samenbildung und Verbreitung im Garten; schneckengefährdet



(C) Angieconscious, pixelio



(C) Uschi Dreiculer, pixelio

# Verwendungsmöglichkeiten im Garten

## Weitere Begleitstauden:

### Iris barbata-elatior (Hohe Bart-Iris)

Blüte: Mai – Juni, Farbe von der Sorte abhängig

Höhe: ca. 40 – 100 cm auch von der Sorte abhängig

Standort: sonnig; Beet/Freifläche – frische, trockene Böden

### Iris barbata-media (Mittelhohe Bart-Iris)

Blüte: April – Mai, Farbe unterschiedlich je nach Sorte

Höhe: 50 – 60 cm

Standort: wie Iris barbata-elatior



(C) Rainer Kampfenkel, pixelio

### Echinacea Hybriden (Sonnenhut)

Blüte: Juli – September, verschiedene Farben

z.B. weiß, orange-rot, rot usw.

Höhe: 40 – 50 cm

Standort: sonnig, Beet/Freifläche – frische, trockene Böden

Dank der langen Blütezeit ist der Sonnenhut eine gute

Nektarquelle für Insekten bis in den Herbst hinein.



(C) Jürgen Treiber, pixelio

# Wissenswertes

## Heilwirkung des Salbeis

- Der Wiesen-Salbei kann wie der Echte Salbei (*Salvia officinalis*) verwendet werden. Er hat jedoch eine schwächere Wirkung.
- Wirkstoffe: Ätherisches Öl, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Flavonoide, östrogenartige Stoffe
- Wirkung: Entzündungshemmend und antibakteriell
- Anwendung: Bei Entzündungen im Mund- und Rachenbereich hilft eine Salbeilösung zum Gurgeln. Weiterhin können die Blätter als Tee oder für die gewisse Würze im Salat verwendet werden.



# Wiesensalbei-Sirup

## Zutaten:

- 2 Handvoll Wiesensalbeiblüten (frisch)
- 1 kg Zucker
- 1 l Wasser
- 50 g Zitronensäure
- 1 Stk. Bio-Zitrone

## So geht's:

Das Wasser mit dem Zucker aufkochen. Vom Herd nehmen, die Blüten einrühren, in Scheiben geschnittene Zitrone und die Zitronensäure dazugeben, umrühren und 2 Tage zugedeckt stehen lassen. Abseihen, noch einmal aufkochen und Sirup heiß in saubere Flaschen abfüllen.

Der Wiesensalbei-Sirup bekommt ein leuchtend pinke Farbe. Mit Wasser verdünnt genießen oder zum Färben von Getränken verwenden.



Ein Umweltbildungsprojekt  
des Heideflächenvereins Münchener Norden e. V.  
Bezirksstraße 27, 85716 Unterschleißheim  
[www.heideflaechenverein.de](http://www.heideflaechenverein.de)  
(C) Juli 2020



Konzeption und Inhalt:

Sandra Semmler, Landschaftsarchitektin, Heideflächenverein

Monika Wimmer, Umweltbildungsreferentin Heideflächenverein,  
Kräuterpädagogin

Alexander Krieghoff, Staudengärtnermeister, Bauhof Eching

Layout: Katharina Platzdasch



gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Umwelt und Verbraucherschutz

