# Wiesen-Salbei

## *Salvia pratensis*

BUND Naturschutz in Bayern e.V.

**Merkmale**

- Pflanzenfamilie: Lippenblütler
- Lebensdauer: ausdauernd
- Wuchshöhe: 30 - 60 cm
- Blütezeit: Mai - September
- Vorkommen: Trocken- und Halbtrockenrasen, trockene Frischwiesen, Wegränder, Dämme und Trockenwaldsäume

**Bestimmungsmerkmale**

- Blätter lang-eiförmig, runzelig, zerstreut behaart
- Blattanordnung: bodennah Grundrosette, am Stengel gegenständig
- Stengel vierkantig
- Blüten blau-violett, in Quirlen angeordnet

**Blütenbesucher**

Der Nektar ist tief hinten im Kelch verborgen, sodass langrüsselige Bienen-Arten wie die Garten-Hummel besonders häufig am Wiesen-Salbei zu beobachten sind. Wenn eine Hummel sich auf die Lippenblüte setzt, wird der Pollen mittels eines Hebelmechanismus auf den dicht behaarten Rücken des Insekts abgegeben. Beim Besuch der nächsten Blüte wird der Pollen an deren Narbe abgegeben. So wird der Salbei bestäubt.

**Verwendung**

Wiesensalbei hat ähnliche Eigenschaften wie der Echte Salbei, nur ist der Gehalt an ätherischen Ölen geringer.
Verwendung: getrocknet und frisch als Gewürz.
Inhaltsstoffe: ätherische Öle, Gerbsäure, Bitterstoffe, Flavonoide und pflanzliche Östrogene.
Wirkung: antibakteriell und adstringierend.










Weitere Informationen zur Biodiversitätsberatung des BUND Naturschutz, Kreisgruppe München finden Sie unter: https://bn-muenchen.de/

Bildquellen: 1) Salicyna, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons; 2) Salicyna, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons; 3) Ghislain118, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons, ; 4) Krzysztof Golik , CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons; 5) H. Zell, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons; 6) Tragopogon, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons, 7) Carl Axel Magnus Lindman, Public domain, via Wikimedia Commons.

*mit freundlicher Unterstützung der*
Landeshauptstadt München
**Referat für Klima- und Umweltschutz**