

**Informationen zur Umwelt und für Naturreisende auf Kreta:
Πληροφορίες για το περιβάλλον για ταξιδιώτες στην Κρήτη:**

Liebstockel, *Levisticum officinale*

(KOCH, 1824)



Liebstockel (*Levisticum officinale*), auch **Maggikraut** genannt, ist eine Pflanzenart der Gattung *Levisticum* aus der Familie der Doldenblütler (Apiaceae). Die Bezeichnung „Liebstockel“ entstand durch volksetymologische Wortbildung aus dem lateinischen „levisticum“. Die Bezeichnung „Maggikraut“ entstand aufgrund der Geschmacksähnlichkeit der Maggi-Würze mit Liebstockel; Maggi-Würze enthält jedoch keinen Liebstockel.

Liebstockel ist eine winterharte, ausdauernde, krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 1 bis 2,5 m erreichen kann. Die ganze Pflanze riecht aromatisch. Der verzweigte Stängel ist intensiv grün. Besonders die unteren Laubblätter sind lang gestielt. Die Blattspreite ist zwei- bis dreifach gefiedert.

Der doppeldoldige Blütenstand weist einen Durchmesser von 12 cm auf, besitzt sieben bis elf Hüllblätter mit weißen Rändern und enthält 12 bis 20 Döldchen. Die gelblichen bis hellgrünen Blüten sind unscheinbar. Die Blütezeit reicht von Juni bis August.

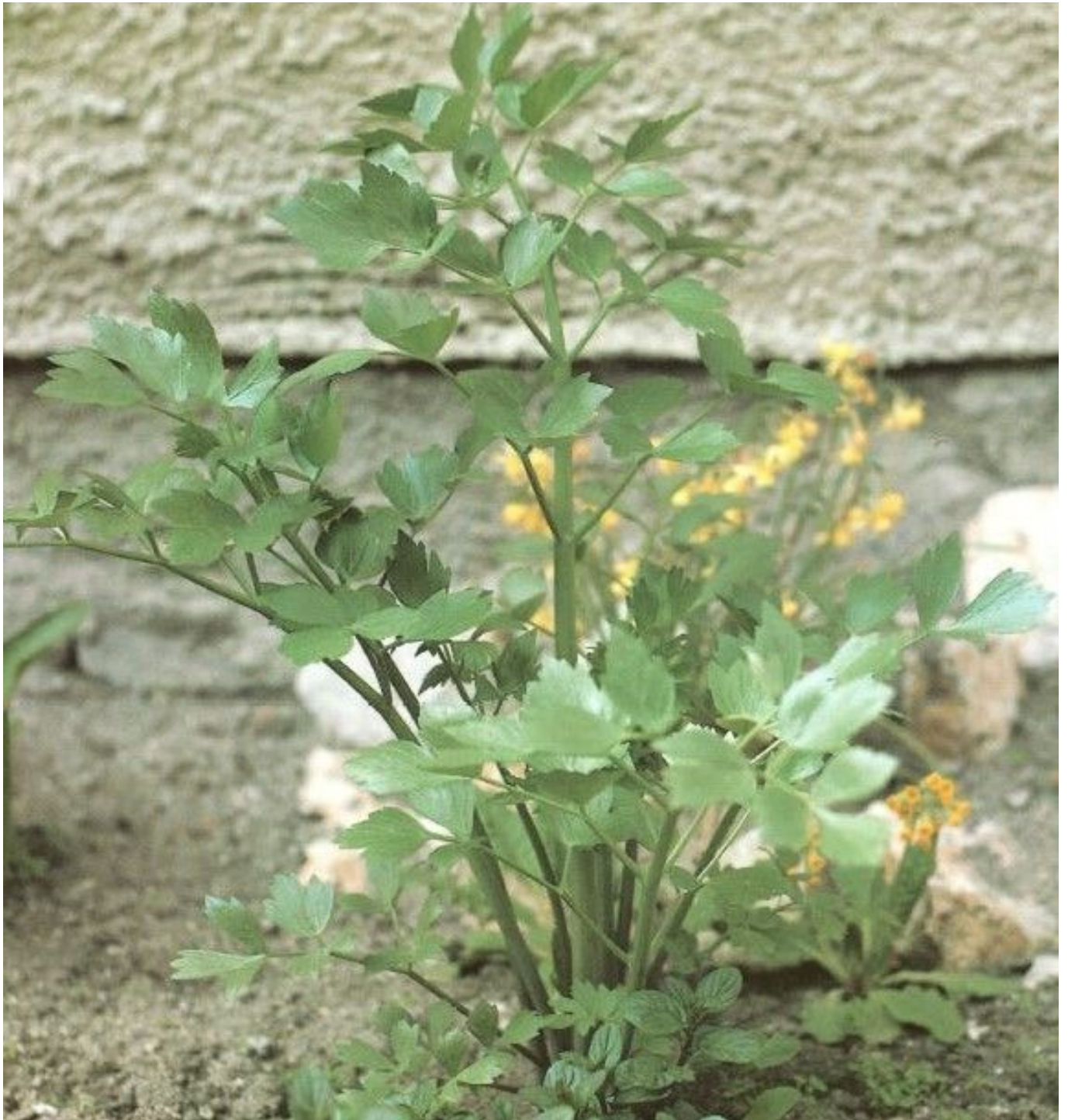
Die braune Frucht ist fünf bis sieben mm lang und drei bis vier mm breit. Die Früchte reifen zwischen August und September.

Liebstockel stammt wahrscheinlich aus dem Nahen oder Mittleren Osten. Von dort kam es über das Mittelmeergebiet ins restliche Europa. Wild findet es sich nur in warmen Gebieten. Da es aber in Gemüse- und Kräutergärten angebaut wurde und wird, kann es auch in kälteren Regionen Europas stellenweise verwildert auftreten.

Liebstockel hat keine besonderen Standortansprüche, bevorzugt jedoch tiefgründigen, nährstoffreichen Boden und verträgt auch Halbschatten.

Die frischen Liebstockelblätter finden Verwendung als Gewürz, z.B. für Suppe, Eierspeise oder Pilzgerichte. Der Geschmack erinnert an den von Sellerie und an Maggi-Würze. Feingehackte Blätter können zum Würzen von Suppen, Salaten und Eintopfgerichten verwendet werden.

Die Blätter können den ganzen Sommer über geerntet, getrocknet oder eingefroren werden.



Die getrockneten Samen können bei der Zubereitung von Eintöpfen und Braten als Würze verwendet werden. Auch sind die Früchte als aromatisierende Komponente für Käsegerichte, Brot und Gebäck zu verwenden. Aus der Wurzel werden auch heute noch Magenliköre und Kräuterschnäpse hergestellt.

Liebstockel war ein beliebtes Heilmittel gegen viele Leiden, wie Verdauungsstörungen, Blähungen, Halsschmerzen und Fieber.