



# Cichorium intybus

## Zichorie / Wegwarte



### Beliebte Heilpflanze

Die Wegwarte ist eine Wildstaude mit grossen, auffallenden Blüten in einem wunderschönen Himmelblau. Dank ihren gesunden Bitterstoffen, die beruhigend auf Galle und Leber wirken sollen, wird sie gerne als Heil- und Nutzpflanze in der traditionellen Heilmedizin und TCM eingesetzt. Eine Besonderheit ist, dass ihre Blüten nur in den Morgenstunden geöffnet sind und genau einen Tag blühen. Sie werden dann von Wildbienen und Schwebfliegen rege besucht und bestäubt. Die Zichorie gedeiht auf Weiden, Ruderalflächen sowie auf Äckern und ist häufig an Wegrändern zu

finden, weshalb sie auch Wegwarte genannt wird. Sie braucht auf jeden Fall einen sonnigen Standort in freier Lage, um gut zu gedeihen und reich zu blühen. Die verblühten, trockenen Zweige und Samenstände können dann beruhigt stehen gelassen und erst im Frühjahr abgeschnitten werden, da sie im Winter eine beliebte Nahrung für Vögel darstellen. Die zarten Frühlingsblätter haben einen bitterlichen, mit Endivien vergleichbaren Geschmack und eignen sich gut als Zugabe für Salate. Einige Zuchtformen der Wegwarte kennen wir als den bekannten Chicorée oder als Radicchio.



**Familie:** Asteraceae  
**heimisch:** Mitteleuropa

**Höhe:** 60 - 90 cm  
**Standort:** sonnig  
**Boden:** frisch und trocken, sandig bis lehmig  
**Pflanzung:** jederzeit (solange kein Bodenfrost), winterhart, 50 cm Abstand, 4 Stk./m<sup>2</sup>



**Blüten:** himmelblau  
**Blütezeit:** Juni bis September  
**Blätter:** grün, eiförmig-lanzettlich

**Fazit:** Eine wunderschöne Wildstaude, deren Blüte die Bienen einen Tag lang glücklich macht.

**SALAMANDER**  
NATURGARTEN



Cichorium intybus