



## Bärlauch

### Vorkommen, Verwechslungsgefahr, Toxizität:

Bärlauch wird häufig als Beilage zu Salaten verwendet oder in Speisen weiterverarbeitet. Auch Lebensmittelbetriebe (Gemüserüstereien, Metzgereien, Teigwarenproduktionsbetriebe usw.) ernten im Frühling nicht selten selbst Bärlauch. Während der Vegetationszeit des Bärlauchs wachsen auch die zum Verwechseln ähnlichen Maiglöckchen und Herbstzeitlosen. Der Verzehr dieser beiden Letzteren ist jedoch gefährlich (Blättervergleich siehe untenstehende Bilder).

Alle Pflanzenteile der Maiglöckchen enthalten Herzglykoside. Erbrechen und Durchfall sowie ein verlangsamter, unregelmässiger Puls sind die Symptome nach der Einnahme mehrerer Blätter. Gemäss Tox-Zentrum ist in der Schweiz innert 30 Jahren kein schwerer Fall bekannt.

Die Herbstzeitlosen enthalten Colchicin, ein hochwirksames Zellgift, das in kleinsten Mengen (<1mg pro kg Körpergewicht) lebensgefährlich ist. Treten nach einer vermeintlichen Bärlauchmahlzeit innert wenigen Stunden Übelkeit, Erbrechen und heftige Durchfälle auf, ist sofort das **Tox-Zentrum (Telefon 145)** anzurufen. Bei einer allfälligen Colchicinvergiftung darf keine Zeit verloren werden. Dem Schweizerischen Toxikologischen Informationszentrum sind seit 1966 rund 200 Unfälle mit Herbstzeitlosen gemeldet worden. Fünf Vergiftungen endeten tödlich, weitere acht verliefen schwer.

Bärlauch soll daher grundsätzlich nur durch fachkundige Personen gesammelt werden.

### Sicherheitsvorkehrungen und Dokumentation für Lebensmittelbetriebe:

Beim Ernten, Aufarbeiten und Verpacken des Bärlauchs ist ausschliesslich am Objekt (Pflanzen) geschultes Personal einzusetzen (siehe auch im Internet, [www.toxi.ch](http://www.toxi.ch), Suchbegriff "Bärlauch"). Der Schulungsnachweis der Mitarbeitenden ist im Rahmen der Pflicht zur Selbstkontrolle zu dokumentieren.

Tritt trotz aller Vorsichtsmassnahmen eine Lebensmittelvergiftung ein, muss die betriebsverantwortliche Person die nötigen Massnahmen einleiten (z.B. Sichern noch vorhandener Warenvorräte, Produktrückzug) und die Lebensmittelkontrollbehörden informieren.



Bild: Blättervergleich Maiglöckchen



**Bärlauch**



Herbstzeitlosen