

Historisches zum Ampfer

E.M. PÖTSCH

Besonders im Alpenländischen Grünland, von der Wirtschaftswiese in den Tallagen bis hinauf auf hochgelegene Almflächen, stellt der Ampfer in all seinen unterschiedlichsten Ausformungen das Problem(un)kraut schlechthin dar. Mehr als 90% aller Maßnahmen in der Unkrautregulierung im Grünland richten sich gegen diese von den Landwirten sehr einfallsreich und vielseitig benannte Pflanze, die seit Jahrzehnten auch zahlreiche Kollegen aus Wissenschaft und Forschung beschäftigt. Allein diese intensive Auseinandersetzung, die sich größtenteils auf die unmittelbare Symptombekämpfung konzentriert, lohnt es, sich auch mit historischen und agrargeschichtlichen Aspekten zu befassen.

Die Ampfer gehören botanisch betrachtet zur Familie der Knöterichgewächse (Polygonaceae), deren bekannteste Vertreter neben den zahlreichen Ampferarten der Rhabarber (*Rheum rhabarbarum*) und der Buchweizen (*Fagopyrum esculentum*) sind. Der deutsche Name *Ampfer* stammt von der nordischen Bezeichnung *amper* ab, was soviel wie herb, scharf, bitter bedeutet und auf den eigenartigen Geschmack der Pflanze hinweist - die Benennung des Sauerampfers stellt somit eigentlich eine Tautologie dar (GROSSMANN, 1870).

Prähistorische Pflanzenfunde

WILLERDING (1986) präsentiert eine umfangreiche Zusammenstellung über pflanzliches Fundgut und dessen vegetationsgeschichtliche Zuordnung sowie Lokalisierung in Fundkarten. Aufgrund der einzelnen Funde und Fundorte wurden im Zuge der paläo-ethnobotanischen Arbeiten auch Rückschlüsse auf die Ausbreitung und Verwendung der jeweiligen Pflanzen gezogen. Von den Rumexarten sind hier vor allem der Krause Ampfer (*Rumex crispus*) mit Funden ab dem Neolithikum (CZE, S) und der Bronzezeit (H, D und CH) beschrieben. Neben

dem Gemüseampfer (*Rumex longifolius*) und dem Strandampfer (*Rumex maritimus*) gibt es auch zahlreiche Fundnachweise für den Stumpfblättrigen Ampfer (*Rumex obtusifolius*) ab dem mittleren Neolithikum und der Bronzezeit (CH) sowie in der älteren vorrömischen Eisenzeit (Thunau/Kamp, A). Der Vergleich mit anderen Arten ergab, dass der Stumpfblättrige Ampfer in den Unkraut- und Ruderalgesellschaften Mitteleuropas früher offenbar nicht besonders häufig gewesen ist.

Ampfer als Nahrungsmittel für den Menschen

Nach BROCKMANN-JEROSCH (1925) wurden die meisten heimischen Ampferarten in der Küche verwendet v.a. der Große Sauerampfer (*R. acetosa*), der Kleine Sauerampfer (*R. acetosella*), der Berg- oder Gebirgsampfer (*R. arifolius*), der als Römischer/Französischer Spinat bezeichnete Gewürz- oder Schildsauerampfer (*R. scutatus*), der Schöne Ampfer (*R. pulcher*), der Gartenampfer oder Englische Spinat (*R. patientia*) der Krause Ampfer (*R. crispus*) aber auch andere großwüchsige Ampferarten des Grünlandes wie etwa der Stumpfblättrige Ampfer (*R. obtusifolius*) auch Grindampfer genannt. Laut BROCKMANN-JEROSCH war der Alpenampfer um die Wende vom 19. zum 20. Jhd. die am besten erforschte Sammelpflanze der Alpen und einst ein wichtiges Lebensmittel - oberirdische Teile (Blätter und Stiele) wurden als Sauerkraut (Aufsatz von BROCKMANN-JEROSCH, 1921, über die Bedeutung des Alpenampfers für die hauswirtschaftliche Sauerkrautherstellung) vergoren, die Blätter als Spinat und die Blattstiele ähnlich dem Rhabarber (*Rheum rhabarbarum* - ebenfalls aus der Familie der Polygonaceae) - als Obstersatz für Kompott und Marmelade oder feingeschnitten als Suppeneinlage verwendet (PUTLITZ und MEYER, 1911). SCHRÖTER (1895) zählt den Alpen-



Abbildung 1: Von den großblättrigen Ampferarten wurde der Alpenampfer (*Rumex alpinus*) am vielseitigsten für Tier und Mensch genutzt

ampfer wie die übrigen Ampferarten zu den ältesten Gemüsen im Alpenraum.

Es existieren zahlreiche dokumentierte Hinweise auf die Kultivierung des Alpenampfers in eingezäunten Ampfergärten (Blackengärten, Blackenäcker), in denen sogar Unkraut! gejätet und mit Rindenstücken und Sägespänen gemulcht wurde. Die Kultur wurde als leicht bezeichnet - die Aussaat wurde für Ende März bis Anfang April in Reihen bzw. später im Abstand von 20 cm auf Beete empfohlen. Weiters wurde empfohlen, alle vier Jahre zur Neuanlage/Verjüngung eine Teilung der Pflanzen vorzunehmen, da stärkere „Büsche“ immer kleinere Blätter ausbildeten. In der Schweiz wurden Blagdenblätter mit anderen Kräutern (z.B. Pfefferminze, Brennessel - *urtica dioica*, Alpenkratzdistel



Abbildung 2: Ampfer als Kulturpflanze im Garten (aus BROCKMANN-JEROSCH, 1921)

Autor: Dr. Erich M. PÖTSCH, Bundesanstalt für alpenländische Landwirtschaft Gumpenstein, A-8952 IRDNING

- *cirsium spinosissimum* und Guter Heinrich - *chenopodium bonus-henricus*) gekocht und oft mit etwas Mehl gedämpft (BROCKMANN-JEROSCH, 1921).

Mehrfach beschrieben wird auch das sogenannte „Feldchrut oder Chillechrut“ - Ampfer wurde dazu aufgekocht, der bitter schmeckende Absud weggeschüttet und anschließend frisches Wasser sowie Wildkräuter und Mehl zugegeben - dieser Eintopf wurde zusammen mit anderen Grundnahrungsmitteln gegessen. Ganz junge Blätter und Stiele wurden im zeitigen Frühjahr auch roh verzehrt und galten als Leckerbissen. BROCKMANN-JEROSCH (1921) verweist darauf, dass die Wertschätzung der Nahrung, welche eine bestimmte Pflanze dem Menschen bietet und damit die Pflanze selber, im Laufe der Zeit wechselt und außer Gebrauch gekommene Nutzpflanzen des Menschen recht häufig zum Viehfutter herab sinken.



Abbildung 3: Ampfer als Gemüse- und Obstersatz im Alpenraum (Bild aus MACHATSCHKEK, 1999)

Ampfer als Futtermittel für Schweine und Rinder

Für Futterzwecke wurden alle großblättrigen Ampferarten herangezogen, wobei man in manchen Gebieten in den Wiesen sogar Ampferhorste stehen ließ um sie dann separat abzuernten (Heublackte, E(h)mdblackte sowie Weid- oder Nachblackte). Die Ampferblätter wurden ausgezogen – wobei besonders darauf geachtet wurde, dass der „Speck“ = weiße Blattbasis erhalten blieb - und in „Masshüsern“ zur „Mass (= mhd. Speise, Mehl)“ verarbeitet. Nach dem Abkochen der Blätter wurden diese einen Tag zum Abtropfen liegen gelassen oder mittels eines Blackensiebtes bearbeitet und anschließend in viereckigen Holzgestellen (den freistehenden Masshüsern) oder in Erdgruben festgestampft, siliert und

mit Fichtenrinde oder Brettern abgedeckt (LOREZ, 1943). Diese Ampfersilage wurde dann im Herbst und Winter an Schweine und Rinder verfüttert. Dazu wurde die Mass gehackt, mit heißem Wasser übergossen und mit Küchenabfällen und Heublumen zu einem Brei gemischt. Die gefrorene Mass wurde sogar mit Schlitten von den Almen ins Tal gebracht und erwiesenermaßen in Hungersnöten auch von Menschen verzehrt (SCHRÖTER, 1908). Berichtet wird auch, dass zur Massbereitung Almampfer sogar in frischem Zustand über weite Wegstrecken ins Tal gebracht wurde. Die Herstellung von Mass – am Beginn des 16. Jhd. als gute menschliche Speise betrachtet – findet sich nicht nur in vielen Bereichen der Schweiz sondern auch in Vorarlberg, Tirol, Bayern und in Italien.

Auch TRIENTL (1870) schreibt vom großen Nahrungswert von *R. alpinus* für Schweine und Rinder (wenngleich er einräumt, dass von letzteren manches Tier anfänglich nicht daran will) ebenso berichtet WEHSARG (1935) von dessen Nutzung in gesäuerter Form als Rindvieh auch als Schweinefutter. Auf Holzgestellen getrocknete und im Winter als Bröselgut angeweichte Blätter sowie gesäuerte oder als Kraut vergorene Blätter wurden vor allem als Schweinefutter verwendet. Vielfach wurden Schweine mit einer Mischung aus Sauermolke, Getreidemahlresten und Ampfersilage gefüttert. Mitunter pferchte man das Vieh in die Ampfergärten (in der Steiermark Pfarrha oder Pfrenger genannt), um diese entsprechend aufzudüngen.

Ampfersamenhandel

Überliefert ist der Handel mit Sämereien von *R. alpinus*, die vor allem von Äplern bei ihren Wanderungen¹ mitgenommen und verbreitet wurden (PUTLITZ und MEYER, 1911; BROCKMANN-JEROSCH, 1925). KOPECKY (1973) vermutet, dass *R. alpinus* Ende des 16. und Anfang des 17. Jhd. als Nutzpflanze aus dem Alpenraum bis in den südpolnischen Raum (Riesen- und Adlergebirge) hinein verbreitet wurde.

¹ Ein Bäuerchen von Rüscheegg (Schwarzenburg, Bern), das im Unterland (schweiz. Mittelland) ein Heimwesen gekauft hatte, schrieb nach Hause, man möchte ihm Blacktensamen schicken, da auf seinem neuen Heimwesen es keine Blackten gebe.

Weitere überlieferte Nutzungen von Ampfer

Herstellung von Präparaten zur Bekämpfung des Echten Mehltaus im Obstbau aus den Wurzeln von *R. obtusifolius* (MACHATSCHKEK, 1999). Gewinnung von Sauerkleesalz (Kaliumoxalat) vom Großen und Kleinen Sauerampfer sowie dem Schildampfer, Gewinnung von gelbem Farbstoff aus Wurzeln sowie rotem Farbstoff aus den Stengeln (PUTLITZ und MEYER, 1911). Verwendung zur Entkalkung des Topfgeschirres - reinigende Wirkung durch den hohen Oxalsäuregehalt (K-, Ca-Oxalat sowie freie Oxalsäure).

Trivialnamensgebung im österreichisch/deutschen Raum

Viele der angeführten Trivialnamen (NEURURER, 1971; RICEK, 1981; sowie unterschiedlichste Quellen inkl. mündlicher Mitteilungen) kommen mehrfach und in ähnlicher Form und Schreibweise in den unterschiedlichsten Regionen vor. Nicht selten gelten die umgangssprachlichen Bezeichnungen auch für unterschiedliche Ampferarten – die nachfolgend erwähnten Namen sind die gebräuchlichsten Bezeichnungen, stellen aber sicherlich keine vollständige Auflistung dar.

- *Trivialnamen für R. alpinus*: Butterblätsche, Butterplotsch´n, Scheißblotsch´n, Saustampfer, Saustrupfe, Mönchsrhabarber, Blagde, Blotsch´n, Pletsch´n, Stumpfablötsch´n, Schmalzblätschen, Hamplätschen, Fabisen, Foibes, Foibisplätschen, Pfabesplätschen, Fablesplätschen, Almrhabarber, Wilder Rhabarber, Barbarawurz´n, Fois(s)en, Hauspletschen, Fusspletschen
- *Trivialnamen für R. obtusifolius*: Grindampfer, Grindwurz, Mergelwurz, Foiss´n, Black´n, Strumpf´n, Labeße, Fabeße, Gugaza, Sauerrump, Lehmstad´l, Wilde Roß
- *Trivialnamen für R. crispus*: Halbpferd, Halber Gaul, Butterblätter, Hungerkraut, Roter Lodick (Lattich), Strupflattich

Allein in der Schweiz existieren zusätzlich unzählige Bezeichnungen vor allem für den Alpenampfer (Blacke, Schmeißblacke, Mistblacke, Blagge, Dittiblacke, Blackte, Blaggte, Bletsche, Blatsche, Lendiwürze sowie viele regionale Benennungen wie Schwin Blacke, Chlet-



Abbildung 4: Das Hauptunkraut im Wirtschaftsrundland – der Stumpfblättrige Ampfer

teblacke, Süblacke, Siblücke, Ankeblacke, Staffelblacke, Chill(e)n, Sürelen etc.). Auch die Bayern kennen zahlreiche Bezeichnungen wie etwa Schmerblega, Schupfableda, Doggableda, Klettenstengel, Lahnstad¹.

Viele der angeführten Bezeichnungen zeugen auf den ersten Blick von der geringen Wertschätzung dieser Pflanzenarten, weisen aber bei genauer Betrachtung immer wieder auf deren frühere Bedeutung hin:

- Butterblätsche oder Butterplotsch´n – die Blätter wurden zum Einwickeln von Almbutter für den Transport ins Tal verwendet (der in der Schweiz verwendete Ausdruck „Ankeblacke“ besitzt dieselbe Bedeutung).
- Scheißblotsch´n - nicht primär Schimpfwort und Kraftausdruck sondern vielmehr als umgangssprachliche, historische Bezeichnung für vollbiologisches Toilettenpapier.
- Saustampfer - Hinweis auf die Zubereitung (zerstampfen) des Alpenampfers als Schweinefutter
- Mönchsrhabarber – der Alpenampfer und andere großblättrigen Ampferarten wurden vor allem auch in Klostergärten kultiviert



Abbildung 5: fac de necessitate virtutem – aus der Not eine Tugend machen (Hieronymus)

Die sehr häufig und in unterschiedlichster Schreibweise vorkommende Bezeichnung „Plotsch´n“ leitet sich nach RUNGE (1993) vom mhd. „vlatſche“ ab, einem Schwert mit sehr breiter Klinge, das wohl an die breiten Blätter erinnert. Die Bezeichnung „Blacke“, ebenfalls in vielen Abwandlungen und Schreibweisen verwendet, stammt hingegen vom ahd. „blat“ (=Blatt) ab.

Ampfer als Heilmittel - Giftpflanze

Den Samen von Rumex (ohne spezifische Angabe) wurden im germanischen Aberglauben heilende Wirkung gegenüber Geschlechtskrankheiten zugeschrieben (BROCKMANN-JEROSCH, 1921). Die meisten Berichte über die Heilwirkung von Ampfer(arten) stammen aus der Volksmedizin, nur für Rumex crispus findet sich eine Anwendung als Homöopathikum (HAB 1 Vorschrift 2a - verwendet wird das frische, im Frühjahr gegrabene Rhizom) für akute und chronische katarthalsche Erkrankungen - vorrangig auf Schleimhäute der Nase, des Rachens, des Kehlkopfes, der Trachea und der Därme wirkend sowie auf Gelenke, Nerven, Brust, Haut und die linke Seite (www.home.ivm.de) - Prüfung der Wirkung (HOUGHTON, 1852; JOSLIN, 1858). Die maßgeblichen Inhaltsstoffe von R. crispus sind Nepodin, Emodin, Tannin und Oxalate – ihnen wird eine antibakterielle, körperentgiftende Wirkung zugesprochen, äußerlich aufgetragen hilfreich bei Akne, Pilzen, Ekzemen und Schuppen. Als Rezepturen werden unter anderem genannt:

- Wurzelsud – 50g Wurzelstücke in 250 ml Wasser gekocht
- Frische Wurzel geschabt und mit Rahm zu einer Salbe gemischt
- Samen in Rotwein gekocht gegen Durchfall

R. obtusifolius wirkt innerlich zusammenziehend und stärkend, gegen Verdauungs- und Unterleibsschwäche, Gelb- und Wassersucht, chronische Hautausschläge sowie gegen Fieber – äußerliche Anwendung auf geschwollene Körperstellen, eitrig-Beulen oder Geschwüre (www.fortunecity.de). Die Wurzelstücke der Grindwur(t)z (*Rumex Obtusifolius*) wurden als Abführmittel sowohl bei Tier und Mensch verwendet.

Beschrieben wird auch die Verwendung der Ampferblätter zur Heilung von Schnittwunden, eitrigen Wunden sowie zur Kühlung heißer Körperstellen und gegen Sommersprossen (BROCKMANN, 1921).

Die Blätter von R. Alpinus wurden gegen Blähungen und Husten, als Absud auch gegen Durchfall eingesetzt. Allgemein werden die Ampferarten auch als appetitanregende „Gemüseart“ betrachtet (www.deam.de - die etwas andere Medizin).

Insgesamt gelten die Ampferarten als schwach giftig mit den Hauptwirkstoffen Oxalat, freie Oxalsäure (15 - 45 mg/100 g FM), Gerbstoffe, Flavonglykoside, Anthrachinone (Chrysophanol, Emodin, Physcion), Nitrat sowie ev. weitere unbekannte Toxine (Rumicin).

Die Wirkungsmechanismen bestehen in einer lokalen Reizung, der Bindung von Blutcalcium durch resorbierte Oxalsäure, wodurch es zur Hypocalcämie kommen kann bzw. einer Nierenbelastung/schädigung durch ausgefälltes Calciumoxalat.

Historische Hinweise zur Regulierung des Ampfers

PUTLITZ und MEYER (1911) schreiben, dass der Krause Ampfer durch sorgfältige Kultur, Jäten im Juni und reines Saatgut bald verschwinden würde, wenn gleichzeitig auf Wiesen und Triften, auf Rainen und Ödungen, an Ton- und Sandgruben um Johannis ein sorgfältiges Ausziehen oder tiefes Ausstechen der Ampferpflanzen einige Jahre hindurch geschehen würde. Hiermit sei auch gesagt, wie alle großen Ampferarten zu bekämpfen sind. Das Jäten, tiefes Ausziehen mit den Hauptwurzeln oder tiefes Ausstechen hat vor dem ersten Wiesenschnitt einzusetzen und muß vor dem zweiten Schnitte wiederholt werden. Der einzelne kommt, wo die Ampferarten in der Gegend stark auftreten, kaum zum Ziel, wenn nicht auch die Gesamtheit das Bekämpfungsmittel streng durchführt“.

WEHSARG (1935) bezeichnete es als Unsitte, reife Stengel von Rumex obtusifolius auf Wege und Gewässer zu werfen und konnte sich dazu sogar eventuell ein polizeiliches Verbot vorstellen.

TRIENTL (1870): „Bodenverletzungen und Verwüstungen auf den Almen wirken auf Jahre hinaus verhältnismäßig viel

schädlicher als in der wärmeren Tiefe. Daher sollte es ein Grundsatz des Älplers sein, soweit seine freilich sehr geringe Macht gegen Naturgewalten und Missetaten der Tiere geht: Verletze die Grasnarbe nicht und wo sie verletzt ist, suche sie durch Kunst zu heilen!“

BROCKMANN-JEROSCH (1921) verweist am Ende seiner umfangreichen Abhandlung auf die immer geringere Bedeutung des Ampfers als Nahrung- und Futtermittel und auf dessen Wandel vom Nutz- zum Unkraut – „Die moderne Landwirtschaft hat mit Recht den Blackten den Krieg erklärt und einen Blacktenstecher, eine Art Geißfuß geformt, womit der Kampf gegen die Blackten bis aufs Messer geführt werden soll. Aber die Blackte ist unbesiegbar. Immer von neuem taucht sie auf und auch im Unterbewusstsein lebt das gute Andenken an die Pflanze fort und ein Rumex-Blatt, unter die Butterstände gelegt, soll doch schon manchmal geholfen haben, wenn die Butter nicht werden wollte“.

Literatur

- BROCKMANN-JEROSCH, H. (1921): Surampfele und Surchrut. Ein Rest aus der Sammelstufe der Ureinwohner der Schweizer Alpen. Neujahrsblatt d. Naturforschenden Gesellschaft, Zürich
- BROCKMANN-JEROSCH, H. (1925): Die Kulturpflanze, ein Kulturelement der Menschheit.

Poetisches zum Ampfer

The even mead, that erst brought sweetly forth
The freckled cowslip, burnet and green clover
Wanting the scythe, all uncorrected, rank
Conceived by idleness, and nothing teems
But hateful docks, rough thistles, keksies, burs
Losing both beauty and utility

Niemand geringerer als **W. Shakespeare (1564 – 1616)** stellte in diesem kurzen Gedicht fest, dass die hassenswerten Ampfer das Bild einer schönen Wiese stören – vermutlich hätte auch ihn das Thema des 7. Alpenländischen Expertenforums interessiert.

- Veröff. D. Geobot. Institutes Rübel (Festschrift Carl Schröter). 3. Heft: 793-811, Zürich
- GROSSMANN, H. (1870): Deutsche Pflanzennamen. Zitiert in BROCKMANN-JEROSCH (1921)
- HEGI, G. (1965): Illustrierte Flora von Mitteleuropa. Bd. III, 2. Auflage, Verlag Hauser, München und Hannover
- KOPECKY, K. (1973): Ist der Alpenampfer (*Rumex alpinus*, L.) im Adlergebirge ursprünglich? *Preslia* 45: 132-139, Prag
- LOREZ, C. (1943): Bauernarbeit im Rheinwald. Schweizerische Gesellschaft für Volkskunde, Basel
- MACHATSCHEK, M. (1999): Nahrhafte Landschaft. Böhlau Verlag G.m.b.H. und CO&KG, Wien, Köln, Weimar
- NEURURER, H. (1971): Mundartliche Bezeichnung und Verbreitung von Unkräutern in Österreich. *Der Pflanzenarzt*, Jhg. 24/9, 100-104
- RICEK, E.W. (1981): Mundartliche Pflanzennamen aus dem Attergau. In: Sonderdruck Jahrbuch OÖ. Musealverein. Bd. 126/I: 189-228, Linz
- RUNGE, B. (1993): Aus der Schatztruhe des Volksmundes. Verklingende Laute aus dem mittleren steirischen Ennstal. Verein Schloß Trautenfels
- SCHRÖTER, C. (1908): Das Pflanzenleben der Alpen. Zürich
- TRIENTL, A. (1870): Die Verbesserung der Alpen-Wirtschaft. Druck und Verlag von Carl Gerold's Sohn, Wien
- WEHSARG, O. (1935): Wiesenunkräuter. Reichsnährstand Verlags GmbH., Berlin
- WIESNER, E. (1967): Ernährungsschäden der landwirtschaftlichen Nutztiere. G. Fischer Verlag Jena
- WILLERDING, U. (1986): Zur Geschichte der Unkräuter Mitteleuropas. Karl Wachholtz Verlag Neumünster