

# Lichtenberg Studios

2014 4. Jahrgang Heft 32

**Urban Plant Research**

**(Sara Bouchard und Leslie Kuo)**





## Ein Lichtenberger Herbarium

*Anthriscus sylvestris*

**Wiesen-Kerbel**

Schmeckt herber als der Echte Kerbel, kann aber auch als Gewürz verwendet werden.

**Wild chervil**

While bitterer than garden chervil, it can also be used as an herb in cooking.



*Prunus avium*

**Vogelkirsche**

Die Früchte sind zwar für Menschen zu klein zum Essen,  
aber die Blüten ernähren die Stadtbienen.

**Wild cherry**

The fruit might be too small for us to eat, but the flowers  
nourish urban honeybees.



*Bellis perennis*

**Gänseblümchen**

Die jungen Blätter sowie die Blüten schmecken gut  
gegart oder in Salaten.

**Common daisy**

Both the young leaves and the flowers can be eaten in  
salads or cooked dishes.





*Rose canina*

**Hunds-Rose**

Aus den Hagebutten dieses Pioniergehölzes macht man Tee und Konserven, die viel Vitamin C enthalten.

**Dog rose**

Rose hips gathered from this pioneer species can be made into tea and preserves rich in Vitamin C.



*Ranunculus sp.*

**Butterblume**

Trotz seines Namens ist dieses Wildkraut nicht essbar;  
es ist für viele Nutztiere giftig.

**Buttercup**

Despite its name, this wildflower is not edible and is  
poisonous to many farm animals.



*Trifolium pratense*

**Roter Wiesen-Klee**

Aus den Blüten kann man einen leckeren Tee machen,  
der Halsschmerzen lindert.

**Red clover**

The blossoms make a delicious tea that is soothing for  
the throat.



*Symphoricarpos albus*

**Knallerbse, Schneebeere**

Die weißen Beeren sind bei Kindern als Spielzeug beliebt, aber auch eine wichtige Winternahrung für Kleintiere.

**Snowberry**

Children love to play with the white berries, which also nourish urban animals in the lean winter months.





*Aegopodium podagraria*

**Giersch**

Ein traditionelles Heilmittel und auch Nahrungsquelle: vor dem Blühen kocht man die jungen Blätter wie Spinat.

**Goutweed**

A traditional herbal remedy and also a food: before flowering, the young leaves are cooked like spinach.



*Artemisia vulgaris*

**Beifuß**

Fördert die Verdauung und, als Tee vor dem Einschlafen getrunken, soll er die Träume intensivieren.

**Mugwort**

Aids digestion and is also said to intensify dreams when taken as a tea before bed.



*Eruca sativa*

**Rucola**

Beliebt als Salatpflanze wächst das würzige Kraut aus Italien nun auch in Deutschland in der Wärme der Großstädte.

**Arugula, rocket**

This popular, spicy salad ingredient comes from Italy but now also grows in Germany in the warmth of large cities.



*Capsella bursa-pastoris*

**Hirtentasche**

Sie bereichert Salate mit einem milden, pfefferartigen Geschmack und hat viel Vitamin C und K

**Shepherd's purse**

Add to salads for a mildly peppery flavor and a boost of vitamins C and K.





*Humulus lupulus*

**Hopfen**

Mehr als nur Bierzutat, fördert er als Tee oder in Kissen einen ruhigen Schlaf.

**Hops**

More than just a beer ingredient, hops can also be used as tea or in pillows to promote sleep.



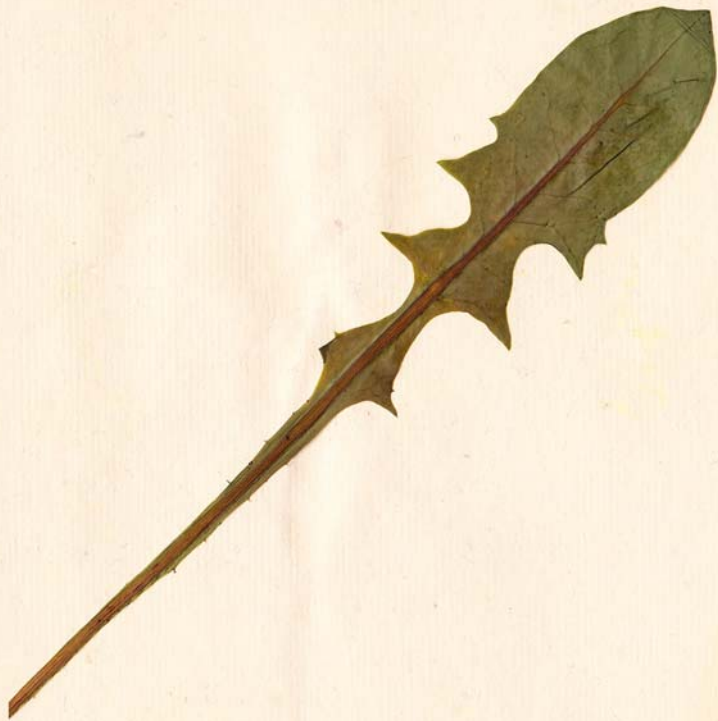
*Taraxacum officinale*

### **Löwenzahn**

Reich an Vitamin A und C. Die jungen Blätter verwendet man als Salat, die Blüten für Sirups und die Wurzeln als Kaffeeersatz.

### **Dandelion**

Rich in vitamins A and C, its young leaves can be used for salad, its flowers for syrup or wine, and its roots as a coffee substitute.



*Lamium album*

**Taubnessel**

Wie die Brennnessel hat diese nicht brennende Art viele Heilwirkungen; die jungen Blätter sind auch schmackhaft.

**White nettle**

Like the stinging nettle, this non-stinging species is a versatile natural remedy; its young leaves are edible.



*Vicia sp.*

**Wicke**

Als Leguminose verbessert sie den Boden dank einer Symbiose mit Bakterien, die Stickstoff fixieren.

**Vetch**

As a leguminous plant, it forms a symbiosis with nitrogen-fixing bacteria that improve the soil.





## Impressum

Die Lichtenberg Studios sind ein Projekt von Intervention Berlin e.V. in Zusammenarbeit mit dem Amt für Weiterbildung und Kultur des Bezirksamtes Lichtenberg unter der Schirmherrschaft des Bezirksbürgermeisters von Lichtenberg Andreas Geisel.

Herausgeber/Gestaltung: Sara Bouchard, Leslie Kuo, Uwe Jonas

Fotos: Sara Bouchard, Leslie Kuo

© 2014 Sara Bouchard, Leslie Kuo, Uwe Jonas

Kontakt: [info@lichtenberg-studios.de](mailto:info@lichtenberg-studios.de)

Berlin 2014





Als Urban Plant Research setzen sich Sara Bouchard und Leslie Kuo seit 2006 mit Pflanzen in internationalen Großstädten auseinander. Die wildwachsenden Pflanzen in diesem Herbarium haben sie im Mai 2014 in Berlin-Lichtenberg gesammelt.

As Urban Plant Research, Sara Bouchard and Leslie Kuo have been investigating plants in large cities around the world since 2006. They collected the wild plants in this book in May 2014 in Berlin-Lichtenberg.

Lichtenberg-Studios.de