

Mælkebøtte

Taraxacum sp.



Mælkebøtten vokser næsten overalt i Danmark, hvor der er lidt plads, især på græsarealer, ofte til ejernes store fortrydelse.

Den er især glad for en næringsrig, lysåben jordbund (som køkkenhaver!)

'Mælkebøtte' er en samlebetegnelse for en stor gruppe af småarter, som er meget variable af udseende.

Mælkebøtten er flerårig.

Den starter som en lille roset i jordhøjde med stærkt fligede blade og blomstrer fra juni med højdepunkt i maj.

Fra rosetten sætter den en lang, bladløs stilk, der er hul indeni.

Den har hvid mælkeagtig saft og blomstrer fra enden af stilken med enlige, gule kurve-

blomster.

Frugten er en lille nød, hver med en lille faldskærm, 'fnok', der sikrer at vinden kan sprede frøet.

Roden er en kraftig pælerod, der ligeledes har hvid mælkesaft.

Blade af mælkebøtte kan anvendes endnu før den blomstrer.

Til medicin anvendtes hele planten inklusive rod og blomst, som man indsamlede om efteråret.

Planten indeholder mange bitterstoffer og har et højt indhold af kalium og andre mineraler.

Medicinsk har mælkebøtten været brugt til urtete mod tuberkulose og sygdom i nyrerne.

Det er videnskabeligt dokumenteret, at indtagelse af et bladekstrakt af mælkebøtte øger udskillelsen af urin i timerne efter indtagelsen. I folkemedicinen blev denne egenskab benyttet for at lindre fx nyresten, ligesom udskillelse af urinsyre kan hjælpe lidt på visse former for gigt.

De nye blade, kan spises som salat. I Frankrig blegger man bladene ved at dække dem til, så de bliver lange og blege, og sælger dem som frisk grønt på markeder.

Middelalderhaven fakta:

Mælkebøtter er overalt. En eng eller græsmark er meget køn når de tusindvis er i blomst.

I Middelalderhaven vokser den i græsplænen.

Børn binder krans af de lysende blomster og pynter sig om sommeren.

Og den runde, fjerlette frugtstand bruges til at spå om kæresten:

Ved at puste til frøene og tælle, hvor mange frø, der sidder tilbage, kan antallet af kæresten afgøres.

Roden har været brugt som kaffeerstatning i trange tider, samt til fremstilling af alkohol.

Taraxacum

Engang hed mælkebøtten *Taraxacum officinalis*, altså kendt og anvendt som lægeplante.

Få botanikere kan i dag sætte navn på de ca. 400, som slægten er opdelt i. Man kan sagtens se variationen og de mange bladtyper.

