Petersilie

petroselinum

Bittersilche, Peterlin, Petersillig, Silk, baqdounis (arab.), paseri (jap.), maydanoz (türk.), Parsley (engl.), Persil (franz.)

Kategorie

Kräuter, Doldenblütler (apiaceae)

Beschreibung

Petersilie gehört zu der Familie der Doldengewächse und ist eine zweijährig, winterharte Pflanze mit Blütenstängeln bis zu 40 cm. Die stark gekräuselten, grünen Blätter des petroselinum crispum (gekräuselete Petersilie) bilden kleine Blattrosetten, während die Blätter des petroselinum latifolium (Blattpetersilie) klar erkennbare Blätter ausbildet. Ihre Stängel sind fein gerillt, kahl und mit rutenförmigen Ästen besetzt, an denen die wechselständigen Blätter wachsen. Die Blüte besteht aus langstieligen Dolden mit sehr kleinen, grün-gelben Blüten. Im Frühsommer entwickeln sich hieraus kleine, zugespitzt eiförmige, gerillte Spaltfrüchte, die man am besten im August/September erntet. Eine Variante ist die Knollenpetersilie, deren Wurzel zu einer dicken Knolle auswächst und die als Wurzelgemüse Verwendung findet.
Es gibt hauptsächlich zwei Arten von Petersilie, die sich in Aussehen und Geschmack unterscheiden glatte Petersilie und krause Petersilie. Hier sind einige der bekanntesten Sorten und ihre Eigenschaften



petroselinum crispum



Glattpetersilie (petroselinum latifolium)

GLATTE PETERSILIE (PETROSELINUM CRISPUM VAR. NEAPOLITANUM)

Einfache Schnitt

Dunkelgrüne Blätter, kräftige Stiele, sehr robust und aromatisch.Verwendung
Ideal für Suppen, Saucen und Salate.

Gigante d'Italia

Große, flache Blätter, intensives Aroma, schnelles Wachstum.
Verwendung Perfekt für Pesto und zum Einfrieren.

Gigante di Napoli

Sehr große, dunkelgrüne Blätter, frühe Ernte.
Verwendung Besonders gut für Pesto und Grüne Soße.

KRAUSE PETERSILIE (PETROSELINUM CRISPUM VAR. CRISPUM)

Mooskrause

Fein gekräuselte Blätter, mildes Aroma.
Verwendung Häufig als Garnitur und zur Verfeinerung von Speisen.

© 2026 coquina.de

Afrodite
Kompakte Pflanze, dunkelgrüne, gekräuselte Blätter.
Verwendung Gut für den Anbau in Töpfen und Balkonkästen.

Grüne Perle
Dicht gekräuselte Blätter, ertragreich.
Verwendung Ganzjähriger Anbau möglich, ideal für frische Verwendung.

Herkunft
Die Petersilie stammt aus dem südlichen Europa, und zwar wahrscheinlich aus dem ostmediterranen Raum. In nördlicheren Breiten gewann sie während des Mittelalters an Beliebtheit.

Aroma
Das charakteristische Aroma entwickelt sich aus den ätherischen Ölen Myristicin und Limonen. Glatte Petersilie ähnelt etwas dem Koriander obwohl ihre Stängel steifer sind. Sie ist meist dunkler im Grün als die krause Art und besitzt sehr viel von der typischen Würzkraft der Petersilie, die um vieles stärker herauskommt, wenn sie gehackt wird.

Verwendung
Vorzugsweise frisch oder getrocknet wird Petersilie als Würze für Saucen, Marinaden, Suppen verwendet.

Einkauf / Aufbewahrung
Petersilie ist überall frisch erhältlich, eignet sich gut zum Anbau im eigenen Garten, wenn die Samen im März ausgebracht werden. Die Zeit bis zur Keimung ist stark von der Temperatur abhängig. Im März, wenn der Boden kalt ist, kann es mehrere Wochen dauern, bis die Keimlinge sprießen. Anfang Juli dauert es wenige Tage. Die frischen Blätter und Stängel sollen knackig sein und frisch aussehen. In einer Plastiktüte und im Kühlschrank, aber auch in Wasser gestellt halten sie einige Tage. Getrocknete Petersilie dagegen riecht und schmeckt wie Heu.

Ersatz
Je nach Geschmack kann das Aroma von Petersilie ggf. mit Koriander ersetzt werden.

Gesundheit
In der Volksmedizin wird Petersilie gegen Gicht und Arthrose eingesetzt, weil die in den Früchten und Wurzeln enthaltenen Wirkstoffe stark entwässern. Einen entsprechenden Tee sollte man jedoch vorsichtig anwenden, da er die Nieren reizen kann. In niedriger Dosierung hilft er hingegen bei Nieren- und Blasenentzündungen, da eine andere Wirkstoffgruppe neben den harntreibenden auch entzündungshemmende Eigenschaften besitzt. Eine sehr hohe Dosis fördert die Uterus-Kontraktion, so dass auch Schwangere sehr vorsichtig mit Petersilie umgehen sollten. Als Gewürz ist sie allerdings harmlos.

Geschichte
Die ältesten Nachweise für die Verwendung von Petersilie als Gewürz stammen aus einer Steinzeitsiedlung am Bodensee und datieren ins 4. Jt. v.Chr. Über die Bronze- und frühe Eisenzeit (Funde auf der keltischen Heuneburg) sowie die römische Antike wurde sie kontinuierlich bis ins Mittelalter hinein in der Küche genutzt, bis sie ab dem 11. Jh. ihren Stellenwert in der Volksmedizin und damit hren Platz in jedem Garten fand. Heilkundlich wurde sie gegen Verdauungsstörungen und Harnwegserkrankungen angewendet, Hildegard von Bingen und Dioskurides empfahlen sie auch bei Herz-, Milz- und Seitenschmerzen. Wie andere harntreibende Pflanzen war Petersilie außerdem als Aphrodisiakum beliebt. Wurzeln und Samenin hoher Dosierung dienten als Abtreibungsmittel, allerdings war hier die Gefahr der Überdosis sehr hoch, so dass es oft zu Todesfällen kam. Der Spruch »Petersilie hilft dem Mann aufs Pferd und der Frau unter die Erd« liefert beredtes Zeugnis darüber. Auch gegen Geschlechtskrankheiten sollte Petersilie helfen was sich schön in der Wahl der Straßennamen für Prostituiertenviertel in mittelalterlichen Städten ablesen lässt: Petersilienstraße, Peterleingasse u. ä. Im 16. Jh. kam in Frankreich die Knollenpetersilie als beliebtes Wurzelgemüse an die gehobene Tafel, von wo aus sie im 17. Jahrhundert ihren Siegeszug durch ganz Europa antrat.

Mythologie

Petersilie im Garten wehrt böse Geister ab: Zieh eine Petersilienwurzel aus der Erde und spreche den Namen desjenigen, den Du unter die Erde wünschst, und stecke die Petersilienwurzel wieder in ihr Loch Ein Petersilienkränzchen für das Neugeborene schützt es vor gefährlichen Krankheiten im ersten Lebensjahr.

© 2026 coquina.de