

**Blüte:** VI-VII rot

**Höhe:** bis 40 cm

**Blatt:** immergrün, hoher Zierwert durch rote Blattadern

**Standort:** sonnig - halbschattig, winterhart, frischer nährstoffreicher Boden

**Verwendung:** milder als Rumex acetosa, gut geeignet für Frühlingssuppen, Salate, Kräuterquark, blutreinigend, leberstärkend, reich an Vitamin C

**Bitte beachten Sie:** Wegen der Oxalsäure nur kleine Menge zu sich nehmen. d.h. nicht täglich Rumexsalat essen, auch wenn es gut schmeckt.





Foto: Blut Sauerampfer (*Rumex sanguineum*) in Bioland-Qualität Blttaustrieb im März-April.