

Carlina vulgaris Golddistel

CC BY 4.0 / Version 2026.2



Golddistel, *Carlina vulgaris*

Beschreibung

Carlina vulgaris ist eine zweijährige Pflanze aus der Familie der Korbblütler mit einer distelartigen Grundblattrosette, aus der im zweiten Jahr der 30-40 cm hohe Blütenstand emporwächst. Die Blätter sind unterseits wollig behaart und deutlich weniger stark stechend als Acker-Kratzdistel oder Gemeine Kratzdistel. Der Blütenstand ist aus etwa 2 cm breiten Korbblüten mit gelblich- oder rötlichbraunen

Röhrenblüten zusammengesetzt, die von auffälligen goldbraunen Hüllblättern umgeben sind. Die Hüllblätter sind zur Blütezeit im Hochsommer bereits abgestorben und überdauern oft bis in den Sommer des Folgejahres. Die Pflanzen bilden lange, mehrere Dezimeter in den Boden eindringende Pfahlwurzeln.

Verwechslungsgefahr

Aus Gärten verwildert zuweilen die Silberdistel, *Carlina acaulis*. Im blühenden Zustand ist eine Verwechslung mit der Golddistel unmöglich. Die Blattrosette der staudigen Art ist viel kräftiger und Silberdisteln stehen fast immer einzeln und nicht wie die Golddistel in größeren Gruppen.

Allgemeine Verbreitung

Carlina vulgaris ist im temperaten und submediterranen Europa verbreitet. Die Ostgrenze der Verbreitung liegt im Baltikum und der Ukraine. In Skandinavien werden lediglich winterwarme Orte im Süden besiedelt, der Verbreitungsschwerpunkt liegt hier auf den Inseln. Der Hotspot 29 liegt insofern im Verbreitungsgebiet der Golddistel eher am Rande.

Vorkommen im Hotspot 29

Carlina vulgaris kommt im Hotspot 29 und in dessen Vorfeld in der Region zwischen Rostock und Ribnitz-Damgarten sowie auf Rügen und der Insel Hiddensee vor. Isolierte Einzelvorkommen bestehen nordöstlich von Barth und auf der Insel Bock.

Standortansprüche

Die Golddistel kommt in beweideten, sporadisch gemähten oder ungenutzten Magerrasen vor. Sie ist auf Gebiete beschränkt, in denen der Boden höhere Lehmanteile enthält.

Saatgut

Das Saatgut ist nach der Reife einfach aus den Blütenkörbchen abzusammeln. Anders als bei vielen anderen Korbblütlern wird es nicht sofort vom Wind vertragen, so dass ein längeres Zeitfenster für die Saatgutsammlung zur Verfügung steht. Die länglichen Samen tragen einen knapp 1 cm langen federigen Pappus. Das Tausendkorngewicht liegt bei 0,95 Gramm ¹.

Aussaat und Anzucht

Für die Keimung ist eine vorherige Kaltphase förderlich, insbesondere bei frischem Saatgut ist diese aber nicht unbedingt erforderlich. Die Aussaat sollte möglichst im Herbst erfolgen, die Keimung erfolgt im Regelfall erst bei Temperaturen oberhalb von 10°C. *Carlina vulgaris* ist ein Lichtkeimer, sollte also nur sehr wenig mit Boden überdeckt werden. Damit die Samen nicht wegfliegen ist es empfehlenswert, den Pappus einzukürzen. Bei einer Topfanzucht sollten Rosentöpfe verwendet werden um die Entwicklung der Pfahlwurzel so wenig wie möglich zu behindern.



Saatgut und Keimling der Golddistel

Hinweise für die Vermehrungskulturen

Die Pflanzen wachsen schnell. Ältere Exemplare sind aufgrund der Pfahlwurzelbildung nur eingeschränkt verpflanzbar.

Interessantes & Wissenswertes

- Was wie goldene Blütenblätter aussieht, sind in Wirklichkeit die inneren Hüllblätter des Blütenkorbs. Die eigentlichen Blüten sind die vielen kleinen Röhrenblüten in der Mitte. Damit nutzt die Pflanze einen Trick: Die auffälligen Hüllblätter übernehmen die Funktion von Blütenblättern helfen beim Anlocken von Bestäubern.
- Die auffälligen goldbraunen Hüllblätter der Blüten sterben zwar frühzeitig ab, erscheinen auf den ersten Blick aber trotzdem quicklebendig, weil sie sich regelmäßig witterungsabhängig bewegen. Bei feuchtem Wetter schließen sie sich über dem Blütenstand, bei Sonnenwetter öffnen sie sich wieder. Die Golddistel wird daher zuweilen auch Wetterdistel genannt.
- Die vielen Einzelblüten im Blütenkorb produzieren reichlich Nektar. Besucht werden sie unter anderem von Wildbienen, Schwebfliegen, Käfern und zahlreichen Schmetterlingen. Gerade in trockenen Sommern kann die Golddistel eine wichtige Nahrungsquelle darstellen.
- Der wissenschaftliche Name *Carlina* ist von Carolus oder Karl abgeleitet und soll sich auf Karl den Großen beziehen, der die Golddistel als Heilpflanze empfahl.
- Die Wurzeln der Golddistel enthalten ätherisches Öl mit einem hohen Gehalt an Carlinaoxid (Benzyl-2-furylacetylen). Dieses wirkt als natürliches Insektizid und tötet z.B. Mückenlarven, Blattläuse oder Stubenfliegen. Auch auf Menschen wirkt diese Substanz in größeren Dosen toxisch. Gleichzeitig hat sie jedoch ein großes Potential als Naturheilmittel, sie taugt sogar zur Bekämpfung von Coronaviren (SARS-CoV-2) ².
- *Carlina vulgaris* kann wegen der im vertrockneten Zustand sehr haltbaren und zierenden Hüllblätter als Trockenblume verwendet werden.

Quellen

- [1] <https://www.jelitto.com/de/Saatgut/Stoebern/CARLINA+vulgaris+Portion+en.html>
- [2] Wnorowska, S. et al. /2022): Carlina oxide inhibits the interaction of SARS-CoV-2 S glycoprotein with angiotensin-converting enzyme 2. Industrial Crops and Products **187 A**, 115338.

Herausgegeben durch den BUND Mecklenburg-Vorpommern
im Verbundprojekt *Vernetzte Vielfalt an der Schatzküste*



Gefördert im Bundesprogramm Biologische Vielfalt durch das
Bundesamt für Naturschutz mit Mitteln des Bundesministeriums
für Umwelt, Klimaschutz, Naturschutz und nukleare Sicherheit

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Klimaschutz, Naturschutz
und nukleare Sicherheit



Bundesamt für
Naturschutz



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages