

## Auf Entdeckungsreise in den Salzwiesen....

Wer auf dem Deich steht und Richtung Nordsee blickt, erkennt, dass oft noch lang nicht Schluss ist mit dem Land. Langsam ist der Übergang ins Meer; saftig und satt: die Salzwiesen. Ein bisweilen kilometerbreiter Streifen, durchzogen von Gräben und Prielen, in denen die Flut ein- und ausläuft. Überflutet vom Salzwasser der Nordsee, wenn sie bei Sturmflut bis zur Kante steht. Dann steht das dicke, dichte Grün unter Wasser, muss es ertragen können, um nicht am Salz zugrunde zu gehen, deshalb heissen sie Salzwiesen. Deshalb gedeiht dort einzigartiges Kraut.

Wer die Salzwiesen erleben möchte, der möge sich am besten einer orts- und sachkundigen Führung anschliessen. Aber es gibt auch Stellen an der Nordseeküste, an denen man auf genehmigten Wegen selbst durch die Salzwiesen gehen darf: zum Beispiel im Naturerlebnisraum St. Peter-Ording, auf dem Salzwiesenlehrpfad auf der Hamburger Hallig und auf dem Stockenstieg am Leuchtturm Westerhever. Weite Teile der Salzwiesen sind, auch aus Gründen des Naturschutzes, gesperrt.

Liegen die oberen, sich am Deich befindlichen, Bereiche der Salzwiese zumeist im Trockenen, werden also nur selten überflutet, stehen die unteren Salzwiesen zumeist regelmässig unter Wasser.

An den Blättern mancher Pflanze lassen sich hauchfeine Salzkristalle erkennen, erfühlen und erschmecken. Das ist kein getrocknetes Seewasser, es ist von der Pflanze aktiv ausgeschiedenes. Nur weil sie spezielle Mechanismen entwickelt haben, können sie hier existieren – sie verdünnen das Salz, lagern es ein oder scheiden es aus. Die einen sehen aus wie gepudert, die anderen, als ob sie gleich platzen würden. Wie zum Beispiel *der Queller*. Er wächst ganz vorn, am Watt. Diese kleinen grünen Stängel sind das vermutlich bekannteste „Gemüse“ der Salzwiese. Man kann und darf - Ausnahmen und Regelungen beachten! - das draussen auch probieren: Der Queller ist knackig, schmeckt salzig und nach Meer, so wie Gischt an einem Sturmtag riecht und mit angenehmer grüner Note, aber eben nicht fischig, leicht säuerlich, leicht pfeffrig-scharf. Kein Wunder, dass die Küstenbewohner früher in die Salzwiese, in „Neptuns Vorgarten“, gingen und sich holten, was sie brauchten, was sogar schmeckte und guttat. Auch der *Strandwegerich* gehört dazu; früher ein übliches Gemüse. Er schmeckt wie Spinat und natürlich leicht salzig.

Steht man auf dem Deich und blickt von schräg oben auf die Salzwiesen, sieht man Stellen, die silbrig-weiss leuchten. Doch diese Pflanze erkennt man am ehesten an ihrem Geruch, meist, bevor man sie sieht – sie riecht süsslich, würzig. Wenn man sie mit den Beinen streift, bilden sich regelrechte Duftwolken: der *Strandwermut*.

Queller schmeckt sicher besser, doch Wermut riecht wohl am besten. Er schmeckt jedoch bitter – der sprichwörtliche Wermutstropfen.

# nordsee

## presseinformation

Noch heute werden Kräuterschnäpse aus dem Kraut hergestellt; probieren kann man diese z.B. hier: [Kolles Alter Muschelsaal](#) in Büsum

Wenn Salzwiesen überflutet werden, bringt die See jedes Mal winzige Schwebeteilchen mit, die sich bei ruhigem Wasser absetzen – wenn dieser Schlick hochgenug aufgelandet ist, können sich Pflanzen wie der Queller ansiedeln. Diese Pflanzen beruhigen das Wasser weiter, Schlick kann sich nun besser absetzen. Immer mehr Pflanzen können sich jetzt ansiedeln und „Wiesen“ bilden. Durchzogen sind sie von Gräben und Prielen. Diese Übergangszone steht im Kontakt mit der Nordsee, und ist nun ein sicherer Ort für zum Beispiel das Heranwachsen von Jungfischen und für Vögel ein guter Platz zum Brüten. Deshalb sind Salzwiesen so wichtig und wertvoll, auch, weil sie ein natürlicher Küstenschutz sind.

*Ferien-Tipps:*

*Informationen rund um die Naturerlebnisse an der Nordsee finden sich auf [www.nordseetourismus.de](http://www.nordseetourismus.de) sowie im nordsee Urlaubsplaner, der kostenlos über die Internetseite heruntergeladen oder bestellt werden kann.*

*Termine für Salzwiesenführungen: <https://www.schutzstation-wattenmeer.de/veranstaltungen/>*

Empfehlenswert ist auch ein Besuch im Nationalpark-Zentrum [Multimar Wattforum](#), das auch Wissenswertes rund um Salzwiesen bereithält.

Wer im Nationalpark Wattenmeer auf Kräutersuche gehen möchte, sollte sich vorab bei der Nationalparkverwaltung [über die rechtliche Rahmenbedingungen](#) informieren.

Nordsee-Tourismus-Service GmbH  
Malte Keller  
Zingel 5, 25813 Husum  
Tel.: 04841/89 75 11  
Fax: 04841/48 43  
E-Mail: [presse@nordseetourismus.de](mailto:presse@nordseetourismus.de)  
Internet: [www.nordseetourismus.de](http://www.nordseetourismus.de)

Die Nordsee-Tourismus-Service GmbH (NTS) ist die zentrale Tourismusmarketing-Organisation der gesamten Nordsee Schleswig-Holstein - von der Elbe im Süden bis zur dänischen Grenze im Norden, inklusive der schleswig-holsteinischen Insel- und Halligwelt. Sie ist die Kommunikations- und Marketingschnittstelle für die touristischen Orte, Gemeinden, Kreise, Institutionen und Verbände entlang der Nordsee. Das gemeinsame Ziel ist es, mehr Gäste für einen Aufenthalt an der Nordsee Schleswig-Holstein zu gewinnen, denn: Das Urlaubserlebnis an der Nordsee stärkt Körper, Kopf und Seele. Zusammen mit den Nachbarländern und der Nationalparkverwaltung Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer setzt sich die NTS für nachhaltigen Tourismus im UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer ein. Mehr unter: [www.nordseetourismus.de](http://www.nordseetourismus.de)

**nordsee**  
Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

Nordsee-Tourismus-Service GmbH  
Zingel 5, 25813 Husum

Telefon: +49 (0) 48 41 89 75 0  
Fax: +49 (0) 48 41 48 43  
E-Mail: [presse@nordseetourismus.de](mailto:presse@nordseetourismus.de)  
Internet: [www.nordseetourismus.de](http://www.nordseetourismus.de)