



**Stinkende Nieswurz**  
**Hellébore fétide – Ellebore puzzolente**  
**Bear's Foot, Stinking Hellebore**  
*Helleborus foetidus* L.

*Ranunculaceae*  
**Hahnenfussgewächse**  
**Jurrekraut, Luskraut**

<b>Herkunft</b>	Südwesteuropäische Pflanze; W- und S-Europa bis England
<b>Höhenstufen</b>	Kollin, montan
<b>Bodenbeschaffenheit</b>	Auf kalkreichen, basen- und nährstoffreichen, frischen bis mäßig trockenen, humosen, lockeren, steinigen Böden
<b>Standorte</b>	Steile und trockene Abhänge, krautreiche Buchen- und Eichenwälder, lichte Bergwälder, Rutschhänge, Schwarzdorngebüsch, Waldränder, bei Zäunen; in den letzten Jahren vermehrt in Gartenanlagen angepflanzt; wintermilde Lagen bevorzugend
<b>Blütezeit</b>	Februar bis April; Blätter überwintern grün
<b>Bestäubung</b>	Insektenbestäubung (Bienen, Hummel)
<b>Aussehen</b>	30–90 cm hoch, aufrecht, ausdauernd, stark verzweigt, kahl, im oberen Bereich drüsig; immergrüner Halbstrauch, der im unteren Bereich verholzt; an der gleichen Pflanze stufenweiser Übergang von Laubblättern über Hochblätter zu den ungeteilten und hellgrünen Perigonblättern; Stängel rund, ausgefüllt
<b>Blütenstand</b>	Meist reich verzweigte Rispen
<b>Blüten</b>	Grünlich, radiärsymmetrisch, 1–2 cm im Durchmesser, hängend, unangenehm duftend
<b>Blütenblätter</b>	5 breit-eiförmige, oft rot berandete, glockenförmig zusammenneigende Perigonblätter; an ihrem Grunde 5–15 grüne, trichterförmige Honigblätter (Nektarblätter), die nur von Hummeln und einigen Wildbienen erreicht werden (Zugriff zum Nektar)
<b>Staubblätter</b>	Zahlreich, hellgelb
<b>Fruchtknoten</b>	3–8, oberständig
<b>Früchte</b>	Balgfrüchte länglich, aufgeblasen, braun, vielsamig, mit gebogenem Schnabel und Querstreifen; Samen eifg., hellgrün, später schwärzlich, mit schmalen Längswulst und einem hellen Anhängsel (Elaiosom: Dient den Ameisen als wertvolle Nahrung)
<b>Blätter</b>	Grundständige bis zum Grunde geteilt, lang gestielt; untere Stängelblätter den Grundständigen ähnlich, mehrfach fussartig geteilt; Blattabschnitte schmal-lanzettlich, im oberen Bereich meist entfernt gesägt und zugespitzt