

Sumpfbaldrian	Valeriana dioica			Baldriangew.	klein, wächst auf Moorboden, hat Wirkstoffe wie Arznei-Baldrian
Berg-Baldrian	Valeriana montana			Baldriangew.	ungeteilte Blätter, sonst ähnlich wie Dreiblatt-Baldrian
Arznei-Baldrian	Valeriana officinalis		Katzngraut, -wurzel	Baldriangew.	Wurzel Schlaftee; früher Blüten für Augewasser gebraucht
Felsen-Baldrian	Valeriana saxatilis			Baldriangew.	wächst an der Felswand, auch Stein-Baldrian
Dreiblatt-Baldrian	Valeriana tripteris			Baldriangew.	dreiteilige Blätter, sonst ähnlich wie Berg-Baldrian
Hauswurz	Sempervivum tectorum	Hauswurz	Donnerwurz	Dickblattgew.	wächst am Felsen, wie Aloe Saft bei Verbrennungen u, Wunden
Wald-Engelwurz	Angelica sylvestris	Brustwurz		Doldenblütler	in Wein, Schnaps oder Tee, stärkt Magen und Gemüt
Sterndolde	Astrantia major	Strenze		Doldenblütler	Strenzen oder Schrenzen waren flache Körbe
Kümmel	Carum carvi	Kimme		Doldenblütler	krampflösendes äther.Öl
Kälberkröpf	Chaerophyllum temulum u.a.			Doldenblütler	auf stickstoffreichen Weiden, Alkaloid Chaerophyllin lähmt Weidetiere
Berg-Bärenklau	Heraclium sphondylium	Bärenpratzn		Doldenblütler	Saft auf der Haut photosensibilisierend wie bei Riesen-Bärenklau
Laserkraut	Laserpitium latifolium	Hirschwurz		Doldenblütler	ähnlich Brustwurz, aber blüht erst im Spätsommer
Mutterwurz	Ligusticum mutellina	Gamsgraut		Doldenblütler	manchmal als "Roter Bärenfenchel" Käsegewürz auf der Alm
Meisterwurz	Peucedanum ostruthium	Bergwurz		Doldenblütler	stark nach Möhren riechender Doldenblütler
Bibernelle	Pimpinella major u. saxifraga	Bockwurz		Doldenblütler	altes Entgiftungsmittel (Wurzel in Pestzeiten gebraucht)
Sanikel	Sanicula europaea	Schaniggl, Hoalblatt	Fünfwundenblattl, -graut	Doldenblütler	wirkstoffreiches Wundheilmittel und Magenmittel der Bauern
Großblütiger Enzian	Gentiana acaulis	Almgloggn		Enziangew.	jeweils nur 1 dunkelblaue Blüte auf sehr kurzem Stängel
Schwalbenwurz-Enzian	Gentiana asclepiadea		Hirschbrunft-Enzian	Enziangew.	dunkelblau, blüht erst im Spätsommer
Enzian	Gentiana lutea	Bergwurz		Enziangew.	gelbblühender Arznei-Enzian, bitterstoffreich
Frühlingsenzian	Gentiana verna	Schuasternagä	Roßnägerl	Enziangew.	tiefblau, blüht sehr bald im Frühling
Fieberklee, Bitterklee	Menyanthes trifoliata	Biberklee	Sumpfklee	Enziangew.	Bitter-/Gerbstoffe bei Gärungsdurchfällen
Acker-Schachtelhalm	Equisetum arvense		Zinngraut, Katznschwoaf	Farne (Sporenpfl.)	erst braune Sporentriebe, später verwendbare grüne Sommertriebe
Winter-Schachtelhalm	Equisetum hiemale			Farne (Sporenpfl.)	astlos unverzweigt, braune Flecken durch giftigen Brandpilz Ustilago equis.
Schlamm-Schachtelhalm	Equisetum limosum		Rollwedel	Farne (Sporenpfl.)	wächst im Spitzingsee (Zeichen für Überdüngung?)
Riesen-Schachtelhalm	Equisetum maximum			Farne (Sporenpfl.)	ähnlich Ackerschachtelhalm aber größer, wertlos
Sumpf-Schachtelhalm	Equisetum palustre			Farne (Sporenpfl.)	kräftig, mit Sporenstand auf dem grünen Trieb
Wald-Schachtelhalm	Equisetum silvestre			Farne (Sporenpfl.)	filigran, Seitentriebe nochmals verzweigt
Guter Heinrich	Chenopodium bonus-henricus	Hoandl	Heinrichsgraut, Heunerich	Gänsefußgew.	einheimischer wilder Spinat, früher wichtiges Wildgemüse
Heckenkirsche	Lonicera algigena/nigra/xylosteum		Hundsbeeren	Geißblattgew.	Sträucher mit giftigen roten bzw. schwarzen Beeren
Kugel-Teufelskralle	Phyteuma orbiculare	Toiflskralln	Toiflsprazn	Glockenblumengew.	blüht dunkelblau auf Wiesen
Ährige Teufelskralle	Phyteuma spicatum			Glockenblumengew.	blüht weißlich-ährig in Wäldern, Wurzel wurde als Rapunzel gegessen
Blauer Eisenhut	Aconitum napellus	Eisnhuat, Toiflschwurz		Hahnenfußgew.	giftigste einheim. Pflanze wegen Alkaloid Aconitin, v.a. in Wurzel
Gelber Eisenhut	Aconitum vulparia	Eisnhuat, Toiflschwurz		Hahnenfußgew.	wie Blauer Eisenhut
Christophskraut	Actaea spicata		Hexenkraut, Teufelsbeer	Hahnenfußgew.	schwarze Beeren, schon ein Dutzend tödlich giftig
Buschwindröschen	Anemone nemorosa	Hemadstanzal	Schneekaderl	Hahnenfußgew.	längst verblüht, aber Blätter noch zu sehen
Schwarzviolette Akelei	Aquilegia atrata	Toiflsgloggn	Kapperl, Stanizblume	Hahnenfußgew.	schwach giftig durch Magnoflorin
Sumpfdotterblume	Caltha palustris	Budableamä	Dotter-, Schmalzblume	Hahnenfußgew.	schon verblüht, nur glänzende ganzrandige Blätter zu sehen
Alpen-Waldrebe	Clematis alpina	Judnstrick (Landara)		Hahnenfußgew.	giftig wegen Reizstoff Protoanemonin
Leberblümchen	Hepatica nobilis	Hoizvaigä	Leberveigerl	Hahnenfußgew.	längst verblüht, aber Blätter noch zu sehen
Alpen-Küchenschelle	Pulsatilla alpina	Kuahschäin, Bergmandl	Silberglocke	Hahnenfußgew.	perückenartige Fruchtstände "Bergmandl, Petersbart"
Eisenhutblättr.Hahnenfuß	Ranunculus aconitifolius		Berg-Hahnenfuß	Hahnenfußgew.	blüht weiß, auf überdüngten Almwiesen, giftig
Hahnenfuß-Arten (gelb)	Ranunculus acris u.a.	Hennapratzn		Hahnenfußgew.	giftig wegen Reizstoff Protoanemonin
Alpen-Hahnenfuß	Ranunculus alpestris			Hahnenfußgew.	blüht weiß, in feuchten Karen und Rinnen
Akelei-Wiesenraute	Thalictrum aquilegifolium	Hirschgraut		Hahnenfußgew.	auffällig hübsch durch die langen Staubfäden
Trollblume	Trollius europaeus	Butternocken, Budakugä	Budabinkl, Schmalzrollen	Hahnenfußgew.	giftige Ranunculaceen-Scharfstoffe
Schneeheide	Erica herbacea (carnea)	Hoadera		Heidekrautgew.	rosa blühender wintergrüner Zwergstrauch, Bodendecker
Rostblättrige Alpenrose	Rhododendron ferrugineum	Schinderlatschn, Almrausch		Heidekrautgew.	braucht sauren Boden, auf Kalk selten
Bewimperte Alpenrose	Rhododendron hirsutum	Schinderlatschn, Almrausch		Heidekrautgew.	wächst nur auf Kalk
Moosbeere	Vaccinium oxycoccos			Heidekrautgew.	im Hochmoor beim Sonnentau
Johanniskraut	Hypericum perforatum u.a.	Frau'graut		Johanniskrautgew.	Wund- und Nervenmittel
Glänzende Skabiose	Scabiosa lucida			Kardengew.	früher Skabiosensalben bei krätzartigem Ausschlag (scabies)
Schlangenknöterich	Polygonum bistorta	Schofzunge	Flaschenputzer	Knöterichgew.	gerbstoffreich, Name wegen S-förmig gewundenem Wurzelstock

Knöllchen-Knöterich	Polygonum viviparum			Knöterichgew.	vorwiegend ungeschlechtl. Vermehrung durch Brutknospen
Sauerampfer	Rumex acetosa	Saurampffa		Knöterichgew.	neben anderen bitter schmeckenden Ampfer-Arten
Alpen-Ampfer	Rumex alpinus	Scheißblätschn	Butter-, Floderblätschn	Knöterichgew.	große Blätter auf Kuhweiden, gut zum Butter frischhalten
Schafgarbe	Achillea millefolium	Impngraut	Grillngräutl, Mausloaterl	Korbblütler	äther.Öl und Bitterstoffe
Kahler Alpendost	Adenostyles glabra	Roßhuaf, Scheißblattl		Korbblütler	große Hufblätter, Blütenfarbe wie beim Dost
Katzenpfötchen	Antennaria dioica		Strohblumen	Korbblütler	rote, weichbehaarte Blüte wie Katzenpfote, mit Edelweiß verwandt
Hainlattich	Aposeris foetida	Stinkkohl, Stinksalat		Korbblütler	stinkender Milchsaf, noch unerforscht
Arnika	Arnica montana		Wohlerleih	Korbblütler	Heilpflanze, von ähnlichen Korbblütlern am würzigen Duft unterscheidbar
Alpen-Aster	Aster alpinus	Gamsblüh		Korbblütler	Zungenblüten lila, Röhrenblüten gelb
Alpen-Maßliebchen	Aster bellidiastrum	Himmeräisä, Mariastern		Korbblütler	großes Gänseblümchen
Gänseblümchen	Bellis perennis	Schweizerl	Himmeräisä, Monatsbleamä	Korbblütler	homöopath. Wundheilmittel ähnlich Arnika, innerlich und äußerlich
Ochsenauge	Bupthalmum salicifolium	Goldbleamä		Korbblütler	goldgelber Korbblütler
Alpendistel, Bergdistel	Carduus defloratus			Korbblütler	Blütenköpfe purpurn, Blätter dornig gezähnt
Silberdistel, Eberwurz	Carlina acaulis		Wetterdistel	Korbblütler	äther.Öl, Gerb- und Bitterstoffe; carlina" von cardulina = Distelchen
Berg-Flockenblume	Centaurea montana			Korbblütler	mit Kornblume verwandt
Alpen-Milchlattich	Cicerbita alpina			Korbblütler	Blüten hellblau bis lila wie bei Wegwarte, Milchsaf
Kohl-Kratzdistel	Cirsium oleraceum		Kohldistel, Saudistel	Korbblütler	gelbweiße Köpfcchen, weichstachlig, eßbar, grünkohlartig
Bach/Sumpf-Kratzdistel	Cirsium rivulare/palustre			Korbblütler	purpurviolett, bei C.rivulare borstig aber nicht stachlig
Stachlige = Alpen-Kratzdistel	Cirsium spinosissimum		Dornendistel	Korbblütler	auffällig, Blütenköpfcchen gelblichweiß-bräunlichgelb, sehr stachlig
Gold-Pippau	Crepis aurea			Korbblütler	sehr bitterer Milchsaf, Name von slaw. pupava Löwenzahn
Wasserdost, -hanf	Eupatorium cannabinum		Kunigundenkraut	Korbblütler	altes Blutreinigungs-, Grippe- und Fiebermittel
Kleines Habichtskraut	Hieracium pilosella		Mausöhr	Korbblütler	bei Hildegard v. Bingen Stärkungsmittel für Blutarme
Habichtskräuter	Hieracium villosum u.v.a. Arten			Korbblütler	in Mitteleuropa 38 Arten, schwer unterscheidbar
Alpen-Brandlattich	Homogyne alpina			Korbblütler	wollige braunrot überlaufene Köpfcchen, Milchsaf
Alant	Inula helenium			Korbblütler	stattliche Pflanze; Wurzel früher als Hustentee und -pulver
Pestwurz	Petasites albus u. officinalis	Goaßkrapfn	Großer, Roter Hufblattch	Korbblütler	krampflösend, aber im Übermaß evtl. leberschädigend
Hasenlattich	Prenanthes purpurea			Korbblütler	purpurviolette Blütenchen, Milchsaf
Greiskraut (Kreuzkraut)	Senecio fuchsii, alpinus u.a.			Korbblütler	bei Fuchs-Greiskraut deutl. gesägte Blätter
Goldrute, echte	Solidago virgaurea			Korbblütler	blüht erst im Spätsommer
Bocksbart	Tragopogon pratensis	Hasnbrot/Himdebrot	Gugeza, Süßling	Korbblütler	süßer Milchsaf, Knospen gern gegessen
Hufblattch	Tussilago farfara	Huafblätschn		Korbblütler	filzige Blattunterseite
Kreuzblümchen	Polygala amara u. vulgaris	Kreuzbleamä		Kreuzblumengew.	in Husten- und Milchbildungstees (Saponine)
Buchs-Kreuzblümchen	Polygala chamaebuxus	Himmeschuh	Muttergottesschücherl	Kreuzblumengew.	halbstrauchig, weiß-gelbe Blüten
Knoblauchsrauke	Alliaria officinalis	Knofegraut		Kreuzblütler	Blätter duften knoblauchähnlich, obwohl andre Familie
Gänsekresse	Arabis alpina u. pumila			Kreuzblütler	weiße Kreuzblüten und lange Schoten
Barbarakraut	Barbarea vulgaris		Winterkresse	Kreuzblütler	früher Vitamin-C-Quelle für Winter (Barbara-Tag)
Brillenschötchen	Biscutella laevigata			Kreuzblütler	kresseartiger Geschmack, auch "Bauernsenf"
Wiesen-Schaumkraut	Cardamine pratensis			Kreuzblütler	kresseartiger Geschmack, auch "Wiesenkresse"
Zahnwurz	Dentaria enneaphyllos	Grimmwurz, Windwurz		Kreuzblütler	wegen äther.Öl in Tee oder Schnaps bei Blähungen
Finger-Zahnwurz	Dentaria pentaphyllos			Kreuzblütler	blüht sehr früh, rotviolett, fünfvingrige Blätter
Kugelschötchen	Kernera saxatilis			Kreuzblütler	kleiner weißer Kreuzblütler mit kugeligen Schötchen
Kugelblume	Globularia cordifolia u. nudicaulis			Kugelblumengew.	unerforschter Bitterstoff Globularin
Schnittlauch	Allium schoenoprasum	Schnidlas, Schniling		Liliengew.	gut zur Brotzeit am Berg, würzige Lauchöle
Allermannsharnisch	Allium victorialis	Wuida Knofe	Siegwurz	Liliengew.	legendäre Kraftwurzel der Berge mit Bärlauchduft
Herbstzeitlose	Colchicum autumnale	Nackete Kathl	Kuahgift, Unnütz	Liliengew.	enthält langsam aber tödlich giftiges Alkaloid Colchicin; Gichtmedikament
Maiglöckchen	Convallaria maialis	Maigleckä	riachads Maibleamal	Liliengew.	Arznei- und Giftpflanze wegen Herzglycosiden
Türkenbund	Lilium martagon	Goldapfl		Liliengew.	goldgelbe Wurzel Kühen gegeben damit Milch gelb wird
Schattenblümchen	Maianthemum bifolium			Liliengew.	kleine Schwester Maiglöckchens, im schattigen Wald, rote Beeren
Einbeere	Paris quadrifolia		Pestbir	Liliengew.	giftige Saponine in allen Teilen, früher als Gegengift/Gegenzauber
Salomonssiegel	Polygonatum odoratum / multiflo	Sigwurz, Kroaha-augnurz	Hühneraugenwurzel	Liliengew.	echtes Salomonssiegel Einzelblüten, Vielblütige Weißwurz 2-5-büschelige
Quirlblättrige Weißwurz	Polygonatum verticillatum		Schminkwurz	Liliengew.	als Schminkwurz Beerensaft gegen Hautflecken u. Sommersprossen
Knotenfuß	Streptopus amplexifolius			Liliengew.	Knotige Weißwurz, mit Salomonssiegel verwandt

Simsenlilie	Tofieldia calyculata			Liliengew.	unscheinbare grasartige kleine Lilie
Germer, Weiße Nieswurz	Veratrum album	Hemadwurz	Hemmern	Liliengew.	tödl. giftiges Alkaloid, früher im Schnupftabak, heute hom.Kreislaufmittel
Steinquendel	Acinos alpinus		Bergthymian	Lippenblütler	blauviolette Blüten mit weißer Zeichnung auf Unterlippe
Günsel	Ajuga reptans	Blawerl	Blauer Kuckuck	Lippenblütler	steht stramm wie bayr. Soldat in blauer Uniform
Gundermann	Glechoma hederacea		Gundelrebe	Lippenblütler	alte Kult- und Zauberpflanze, für Grüne Suppe
Goldnessel	Lamiasrum galeobdolon	Gelbe Daun	Zuzblume	Lippenblütler	Blüten gelb, Harntee für ältere Männer
Gefleckte Taubnessel	Lamium maculatum	Daun	Zuzblume	Lippenblütler	Blüten rosa-purpur
Roßminze	Mentha longifolia	Wuide Minzn	Roßboißn (=balsam)	Lippenblütler	Geruch und Geschmack eher unangenehm
Dost	Origanum vulgare	Dostngraun	Wilder Majoran	Lippenblütler	volksmedizinisch vielseitig verwendet, auch als Gegenzaubermittel
Braunelle	Prunella vulgaris			Lippenblütler	blauviolette Blüten in rotbraunen Kelchen
Thymian	Thymus pulegioides	Kranzlgraun		Lippenblütler	einheimischer Thymian
Weidenröschen	Epilobium angustifol. u. montanum			Nachtkerzengew.	enthält Phytosterole, gut für Prostata
Kuckucks-Nelke	Lychnis flos-cuculi	Gigerigihahner	Schlampete Maderl	Nelkengew.	Kuckucksspeichel"-Schaum stammt von Schaumzikade
Rote Lichtnelke	Melandrium silvestre	Gigerigihahner	Metzgerbleamä, Kuckuck	Nelkengew.	rosa Kronblätter nicht so tief gespalten wie bei Kuckucks-Lichtnelke
Moos-Nabelmiere	Moehringia muscosa		Moosmiere, -meier	Nelkengew.	zartes Gewächs an sonnigen Kalkfelswänden
Stengelloses Leimkraut	Silene acaulis	Moosnagä, Windräisä		Nelkengew.	rosa, duftend, wächst auf windverblasenen Stellen
Strahlensame	Silene pusilla			Nelkengew.	zarte Nelke mit 5 vierzähligen weißen Blütenblättern
Taubenkropf	Silene vulgaris	Kracherl, Schnalzbleamä		Nelkengew.	auch "Leimkraut" wegen klebrigem Stängel mancher Arten
Waldvögelein	Cephalanthera longifolia		Weißer Kuckuck	Orchideen	stattliche Orchidee mit reinweißen Blüten
Grüne Hohlzunge	Coeloglossum viride		Grüner Stendel	Orchideen	kleine grüne Blüten, rotbraun überlaufen
Frauenschuh	Cypripedium calceolus	Wassergatzl, Lahnkackl	Almschuh, Pantoffeln	Orchideen	hautreizende Chinone im Saft
Geflecktes Knabenkraut	Dactylorhiza maculata	Gugableamä	Roter Kuckuck	Orchideen	hellrosa Blüten mit purpurfleckiger Zeichnung, früher Orchis maculata
Breitblättr. Knabenkraut	Dactylorhiza majalis	Gugableamä	Roter Kuckuck	Orchideen	purpurfarbene Blüten, gefleckte Blätter, früher Orchis latifolia
Stendelwurz	Epipactis atrorubens		Waldstendel	Orchideen	vanilleduftende braune Blüten, von Bienen besucht
Mücken-Händelwurz	Gymnadenia conopsea			Orchideen	lila Blüte wie eine Mücke, handförmig geteilte Wurzelknollen, schmalblättrig
Großes Zweiblatt	Listera ovata			Orchideen	zwei eiförmige gegenständige Blätter und unscheinbare grüne Blüten
Nestwurz	Neottia nidus-avis			Orchideen	ohne Blattgrün, nestartiger Wurzelstock, saprophytisch im Laubwaldboden
Kohlröschen	Nigritella nigra	Schwoaßbleamä		Orchideen	vanilleduftende kleine tiefrote Orchidee, blüht spät und hoch oben
Fliegen-Ragwurz	Ophrys insectifera			Orchideen	braune Blüte fliegenähnlich, lockt Grabwespenmännchen an
Manns-Knabenkraut	Orchis mascula	Gugableamä	Roter Kuckuck	Orchideen	stattlich mit purpurfarbenen Blüten (alle Orchideen sind "Kuckucksblumen")
Waldhyazinthe	Platanthera bifolia		Weißer Kuckuck	Orchideen	weiß, lockt Nachtfalter mit Hyazinthen- oder Maiglöckchenduft
Weißzüngel, Höswurz	Pseudorchis albida		Weißzüngel	Orchideen	kleine weiße Orchidee, wird von Schmetterlingen bestäubt
Pyramiden-Orchis	Anacamptis pyramidalis		Hundswurz	Orchideen	rosa Blütenpyramide von Tagschmetterlingen besucht
Kugel-Orchis	Traunsteinera globosa	Gugableamä	Roter Kuckuck	Orchideen	lilarosa kugelige Ähre, früher Orchis globosa
Haselwurz	Asarum europaeum	Antlaßgraun	Wuida Pfeffa, Hasnpfeffa	Osterluzeigew.	früher am Bauernhof Brech- u. Abführmittel bei Vergiftungen
Milchweißes Mannsschild	Androsace lactea			Primelgew.	unscheinbar mit weißen Blütchen
Aurikel	Primula auricula	Gamsbleamä	Jochbleamä, Stoableamä	Primelgew.	gelbe Primeln an der Felswand
Wald-Schlüsselblume	Primula elatior	Himmeschlüßl	Hoizschlüßbleamä	Primelgew.	höher und heller als Wiesen-Schlüsselblume
Mehlprimel	Primula farinosa	Sumpf-, Moosräisä	Soachbleamä	Primelgew.	blüht zeitig im Frühjahr auf Moorböden
Alpenglöckchen	Soldanella alpina	Almgleckä	Schnee-, Eisglöckerl	Primelgew.	blüht sofort nach der Schneeschmelze, später rundliche Blätter zu sehen
Augentrost	Euphrasia rostkoviana	Garaus oder Schober	Milchdieb	Rachenblütler	blüht erst wenn Sommer zuende geht, gerbstoffreiche Augenarznei
Schuppenwurz	Lathraea squamaria			Rachenblütler	hellrosa Schmarotzer auf Erlen, ohne Blattgrün, enthält Aucubin
Alpen-Leinkraut	Linaria alpina			Rachenblütler	violett blühende kleine Löwenmäulchen
Wachtelweizen	Melampyrum sylvaticum		Taubweizen	Rachenblütler	Halbschmarotzer, giftiges Glycosid Aucubin (Samen färben Mehl blau)
Rotes und Gelbes Läusekraut	Pedicularis-Arten	Lausgraun		Rachenblütler	Halbschmarotzer, giftiges Glycosid Aucubin (Hirnblutung)
Braunwurz	Scrophularia nodosa	Kropfwurz		Rachenblütler	braune Blüten und knotige Kropfwurzeln, früher bei Halsgeschwüren
Alpenrachen	Tozzia alpina			Rachenblütler	Habschmarotzer, gelbe Blüten rot punktiert
Blattloser Ehrenpreis	Veronica aphylla			Rachenblütler	niederes Pflänzchen nur mit Blattrosette am Boden, auf steinigen Rasen
Bachbunze	Veronica beccabunga			Rachenblütler	Salatbeigabe, bei Hildegard v.Bingen spinatartiges Mus zur Blutreinigung
Gamander-/Nesselbl. Ehrenpr.	Veronica chamaedrys/urticifolia		Männertreu	Rachenblütler	gamander- bzw. nesselartige Blätter, Blüten fallen bald ab
Faden-Ehrenpreis	Veronica filiformis			Rachenblütler	aus Vorderasien als Grabschmuck eingeführt und dann verwildert
Felsen-/Halbstrauch. Ehrenpr.	Veronica fruticans/fruticulosa			Rachenblütler	unten verholzt; die beiden Arten bastardisieren untereinander

Echter Ehrenpreis	Veronica officinalis			Rachenblütler	gerb- und bitterstoffreich, altes Wundkraut, in Husten- und Lebertees
Quendelblättr. Ehrenpreis	Veronica serpyllifolia			Rachenblütler	am Kalkfelsen mit quendelartigen Blättern
Vergißmeinnicht	Myosotis alpestris, palustris u.a.	Bachbleamä	Blauröserl	Rauhblattgew.	Myos-otis wegen mausohartiger Behaarung (Rauhblattgew.)
Lungenkraut	Pulmonaria officinalis	Giggerigi	Hansl-und-Gretl	Rauhblattgew.	Blüten erst rot, später blau
Silbermantel	Alchemilla alpina	Silbermantä		Rosengew.	wie Frauenmantel, auch für Augenspülungen
Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Frau'mantä	Taubecherl, Sinau	Rosengew.	gerbstoffreiches Wundbehandlungs- u. Frauenmittel
Felsenbirne	Amelanchier ovalis		Gamsbeer	Rosengew.	eßbare blauschwarze Beeren, auch bei Vögeln beliebt
Wald-Geißbart	Aruncus dioicus		Spierstaude	Rosengew.	feuchte schattige Standorte, gern als Zierpflanze angebaut
Zwergmispel	Cotoneaster integerrimus		Steinmispel, Mehlbeer	Rosengew.	rote Früchte eßbar
Silberwurz	Dryas octopetala	Kaisertee	Petersbart	Rosengew.	nacheiszeitl. Pionierpflanze der Tundra
Mädesüß	Filipendula ulmaria	Sonnwendhansl	Wiesngoabart	Rosengew.	enthält schmerz- u. fiebersenkende Salicylate
Wald-Erdbeere	Fragaria vesca			Rosengew.	Blätter als gerbstoffreicher Tee verwendet
Bach-Nelkenwurz	Geum rivale	Bluatstrepfal	Benediktenwurz	Rosengew.	Heilpflanze für Herz und Gemüt, Wurzel in Wein oder Bier ansetzen
Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Mausloaterl	Krampfgraut	Rosengew.	enthält krampflösende Wirkstoffe, in Magentropfen
Blutwurz	Potentilla tormentilla (=erecta)	Blutwurzn	Tormentill	Rosengew.	gerbstoffreich, nur vier gelbe Blütenblätter
Gold- u. Frühlings-Fingerkraut	Potentilla aurea, verna			Rosengew.	fünzfählig gefingerte Blätter, 5 goldgelbe Blütenblätter
Alpen-Heckenrose	Rosa alpina		Stupferstaudn	Rosengew.	purpurrosa Blüten, Hagebutten verwendbar
Wiesenkнопf	Sanguisorba minor	Bluatstrupfn, Bluatsknepf	Bimbernell (wegen Blättern)	Rosengew.	gerbstoffreiche Blätter, walnußartig gut zum Käse
Waldmeister	Galium odoratum	Woidmoasta		Rötegew.	welkende Blätter entwickeln Coumarinduft
Labkraut	Galium-Arten			Rötegew.	Wiesen/Wald/Sumpf/Alpen/Felsen/Kreuz-Labkraut ...
Alpen-Leinblatt	Thesium alpinum			Sandelgew.	unscheinbarer Halbschmarotzer auf verschiedenen Pflanzen
Sauerklee	Oxalis acetosella	Hosnklee	Holzkle, Gugerkle	Sauerkleegew.	Lichtkünstler im Buchenwald
Wundklee	Anthyllis vulneraria	Bärnklee		Schmetterlingsbl.	blüht gelb, es gibt aber auch blutrote Arten
Alpen-Süßklee	Hedysarum hedysaroides			Schmetterlingsbl.	rotviolette glockige Blüten, gute alpine Futterpflanze
Hufeisenklee	Hippocrepis comosa			Schmetterlingsbl.	Name bezieht sich auf Form der Früchte
Hornklee	Lotus corniculatus		Muttergottespantoffeln	Schmetterlingsbl.	Name wegen hornartigen Früchten, gute Futterpflanze
Rotklee, Wiesenklee	Trifolium pratense		Futterklee	Schmetterlingsbl.	Isoflavone gegen Wechseljahrsbeschwerden
Schwalbenwurz	Vincetoxicum hircundinaria			Schwalbenwzgw.	Vincetoxin Herz-/Nervengift; früher als Gegengift bei Schlangen-/Hundebiß
Seidelbast	Daphne mezereum	Hundssigl, Hundsbean	Zilling	Seidelbastgew.	Berührung hautreizend, Beeren tödlich giftig
Steinröschen	Daphne striata	Stoaräisä		Seidelbastgew.	Zwergstrauch am Rauhkopf, fliederduftend und giftig wie Seidelbast
Rote Sommerwurz	Orobanchaceae gracilis	Tabakgraut, Schneidgraut	Stierkraut	Sommerwurzgew.	Schmarotzer auf Schmetterlingsblütlern, bildet kein Chlorophyll
Sonnentau	Drosera rotundifolia u.a.			Sonnentaugew.	im Hochmoor am hinteren Spitzingseeufer, insektenfressend
Milzkraut	Chrysosplenium alternifolium		Krötenblume	Steinbrechgew.	milzförmige Blätter, blüht unauffällig gelblich-grün
Trauben-Steinbrech u.a.	Saxifraga paniculata u.a.	Stoawurz		Steinbrechgew.	mit Grundrosette
Rundblättr. Steinbrech	Saxifraga rotundifolia	Almflinslerl		Steinbrechgew.	nach Künzle: Kraft zu kühlen, Brand stillen, Wunden heilen
Wald/Wiesen-Storchschnabel	Geranium sylvaticum u. pratense	Blaue Kroahahaxn		Storchschnabelg.	Blüte rot- bzw. blauviolett, gerbstoffreiches Rhizom
Zweiblütiges Veilchen	Viola biflora	Almveigä		Veilchengew.	blüht gelb
Fettkraut	Pinguicula alpina u. vulgaris	Schmerkraut	Fliegenfresser	Wasserschl.gew.	fleischfressende Pflanze, auf nährstoffarmen Böden
Spitzwegerich u.a. Arten	Plantago lanceolata, media u.a.	Wegera		Wegerichgew.	Hustentee und -sirup
Einblütiges Wintergrün	Pyrola (Moneses) uniflora	Moosauge		Wintergrügew.	enth. schwach giftiges Arbutin
Rundblättr. Wintergrün	Pyrola rotundifolia	Wuide Maigleckä		Wintergrügew.	enth. schwach giftiges Arbutin
Bingel	Mercurialis perennis	Gitzer	Waldbengelkraut	Wolfsmilchgew.	frisch giftig, drastisches Abführmittel
Sonnenröschen	Helianthemum alpestre	Goldräisä		Zistrosengew.	altes Wundkraut
Wacholder	Juniperus communis	Krowastau'n		Zypressengew.	äther.Öl appetitanregend, wassertreibend

1. Teil: am Spitzingsee; von der Waitzingeralm hinauf in den Pfanngraben; von der Waitzingeralm hinab zum Forsthaus Valepp (800m)

2. Teil: Taubenstein (1693m), Jägersteig hinab zur Kleitiefenthalalm und weiter zum Taubensteinhaus, Rauhkopf (1689m)

Unerwähnt bleiben einige aus dem Flachland allgemein bekannte Pflanzen wie Löwenzahn, Hirtentäschel, Heidelbeeren, Schafgarbe, Wiesen-Labkraut usw.

Die bairischen Pflanzennamen und Mundartnamen stammen überwiegend aus Heinrich Marzell, Wörterbuch der deutschen Pflanzennamen, sowie von eigenen Befragungen in der Umgebung von Bad Aibling.

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Für Kritik und Nennung weiterer Mundartnamen aus dem Alpenvorland und den Bayrischen Alpen wäre ich sehr dankbar !