

Plantelisten – samlet oversigt til privat brug

Her finder du en samlet oversigt over planter og plantedele på plantelisten til privat brug.

Nedenfor kan du læse mere om de forskellige kategorier. For mere information vedrørende de enkelte planter og plantedele, besøg Fødevarestyrelsen.dk.

Kategorisering af planter og plantedele til privat brug

✓ Kan spises: Denne kategori indeholder planter og plantedele, der generelt kan spises og hvor der er ikke kendskab til negative effekter ved almindeligt fødevarerbrug som del af en varieret kost.

! Bør kun spises i begrænsede mængder: Denne kategori indeholder planter og plantedele, hvor der er kendskab til risici, der gør, at planten kun bør bruges i små mængder, som fx krydderi. Det kan også være planter, hvor der er begrænset viden om risici. Kun indtag i begrænsede mængder fra plantedele i denne kategori vurderes sikkert. Det kan være meget forskelligt fra plante til plante, hvad der betragtes som begrænsede mængder, for mere information se Fødevarestyrelsen.dk.

✗ Bør ikke spises: Denne kategori indeholder planter og plantedele, hvor der er kendskab til toksiner eller toksiske effekter i en sådan grad, at plantedelen ikke bør spises, heller ikke i små mængder.

I denne kategori er også planter og plantedele, hvor der er et så begrænset kendskab til indholdsstoffer og eventuelle risici, at det ikke er muligt at lave en reel risikovurdering af plantedelene.

Plantenavn	Latinsk plantenavn	Plantedel	Privat status
Bibernelle	<i>Sanguisorba minor Scop</i>	Overjordiske dele	✓ Kan spises
Blomsterkarse/tallerken smækker	<i>Tropaeolum majus L.</i>	Blomster	✓ Kan spises
Fuglegræs, almindelig	<i>Stellaria media (L.) Vill.</i>	Blad, stængel og blomst	✓ Kan spises
Gederams	<i>Epilobium angustifolium L.</i>	Blade og stængler	✓ Kan spises
Hyrdetaske, almindelig	<i>Capsella bursa-pastoris (L.) Medik.</i>	Overjordiske dele	✓ Kan spises
Kronokseøje	<i>Chrysanthemum coronaria (L.)</i>	Overjordiske dele	✓ Kan spises
Radiser/Ræddiker	<i>Raphanus sativus</i>	Skulper/frø kapsler	✓ Kan spises



Ramsløg	<i>Allium ursinum</i> L.	Blade	✓ Kan spises
Stedmoderblomst, almindelig	<i>Viola tricolor</i> L.	Blomster	✓ Kan spises
Strandvejbred	<i>Plantago maritima</i> L.	Blade	✓ Kan spises
Agersennep	<i>Sinapis arvensis</i> L.	Frø	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Blomsterkarse/tallerken smækker	<i>Tropaeolum majus</i> L.	Blade	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Bøg	<i>Fagus sylvatica</i> L.	Blade og nødder	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Døvnælde	<i>Lamium album</i> L.	Overjordiske dele	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Gederams	<i>Epilobium angustifolium</i> L.	Blomster	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Gråbynke	<i>Artemisia vulgaris</i> L.	Overjordiske dele	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Hvidmelet gåsefod	<i>Chenopodium album</i> L.	Blade	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Karryplante	<i>Gnaphalium italicum</i> (Roth)	Overjordiske dele	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Kvan	<i>Angelica archangelica</i> L. ssp. <i>litoralis</i> (Fr.) Thell. (<i>Angelica litoralis</i> Fr. <i>Archangelica litoralis</i> (Fr.) C. Agard) og <i>Angelica archangelica</i> L. ssp. <i>norvegica</i> (Rupr.) Nordh. (<i>Archangelica officinalis</i> (Moench) Hoffm. <i>Angelica archangelica</i> L. ssp. <i>archangelica</i>)	Rod	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Løgkarse	<i>Alliaria petiolate</i> (M.Bieb.) Cavara & Grande	Blomster og blade	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Morgenfrue, have	<i>Calendula officinalis</i> L.	Kronblade	! Bør kun spises i begrænsede mængder



Purløg	<i>Allium schoenoprasum</i> L.	Blomster	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Ramsløg	<i>Allium ursinum</i> L.	Frø kapsler	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Rød tvetand	<i>Lamium purpureum</i> L.	Overjordiske dele	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Røllike, almindelig	<i>Achillea millefolium</i> L.	Blade og blomster	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Skovmærke	<i>Galium odoratum</i> (L.) Scop.	Blade og blomster	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Skovsyre	<i>Oxalis acetosella</i> L.	Blade	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Strandarve	<i>Honckenya peploides</i> (L.) Ehrh.	Hele planten	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Strandkål	<i>Crambe maritima</i> L.	Blade	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Strandmælde	<i>Atriplex littoralis</i> L.	Blade og blomster	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Strandsennep	<i>Cakile maritima</i> Scop.	Skulper	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Syren, almindelig	<i>Syringa vulgaris</i> L.	Blomster	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Sødkærm	<i>Myrrhis odorata</i> (L.) Scop.	Hele planten	! Bør kun spises i begrænsede mængder
Gyvel, almindelig	<i>Cytisus scoparius</i> (L.) Link	Blomster	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Hjulkrone	<i>Borago officinalis</i> L.	Blade og blomster	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Japanpileurt	<i>Fallopia japonica</i> (Houtt.) Ronse Decr.	Stængel	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Kornvalmue	<i>Papaver rhoeas</i> L.	Frø	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Kvan	<i>Angelica archangelica</i> L. ssp. <i>litoralis</i> (Fr.) Thell. (<i>Angelica litoralis</i> Fr. <i>Archangelica litoralis</i> (Fr.) C. Agard) og <i>Angelica archangelica</i> L.	Frø	X Bør ikke spises på grund af kendte risici



	ssp. <i>norvegica</i> (Rupr.) Nordh. (<i>Archangelica officinalis</i> (Moench) Hoffm. <i>Angelica archangelica</i> L. ssp. <i>archangelica</i>)		
Lægeoksetunge	<i>Anchusa officinalis</i> L.	Blade og blomster	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Prikbladet perikon	<i>Hypericum perforatum</i> L.	Blade og blomster	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Rabarber	<i>Rheum rhabarbarum</i> L.	Blade	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Slangehoved, almindelig	<i>Echium vulgare</i> L.	Blade og blomster	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Stilkeg	<i>Quercus robur</i> L.	Nød (agern)	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Strandtrehage	<i>Triglochin maritima</i> L.	Blade	X Bør ikke spises på grund af kendte risici
Bibernelle	<i>Sanguisorba minor</i> Scop.	Rod	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Douglasgran	<i>Pseudotsuga menziesii</i> (Mirb) Franco	Nåle/skud	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Fuglegræs, almindelig	<i>Stellaria media</i> (L.) Vill.	Rod	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Guldnælde	<i>Lamium galeobdolon</i> (L.) Ehrend. & Polatschek	Overjordiske dele	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Gul snerre	<i>Galium verum</i> L.	Blomster	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Lægejernurt	<i>Verbena officinalis</i> L.	Overjordiske dele	X Bør ikke spises på grund af manglende



			kendskab til indhold og risici
Sankthansurt	<i>Sedum telephium</i> ssp. <i>maximum</i> (L.) Krock og <i>Sedum telephium</i> L. ssp. <i>telephium</i>	Hele planten	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Smalfliget fløjlsblomst	<i>Tagetes tenuifolia</i> Cav.	Blomster	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Stolt kavaler	<i>Cosmos bipinnatus</i> Cav.	Blade og blomster	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Strandfladbælg	<i>Lathyrus japonicus</i> Willd.	Hele planten	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Strandgåsefod	<i>Suaeda maritima</i> (L.) Dumort.	Hele planten	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Strandsennep	<i>Cakile maritima</i> Scop.	Overjordiske dele undtagen skulper	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici
Vild gulerod	<i>Daucus carota</i> L.	Blomsterskærm	X Bør ikke spises på grund af manglende kendskab til indhold og risici

Version august 2022



**Miljø- og
Fødevareministeriet**
Fødevarestyrelsen