

Kräuterkunde im Trudihuus

Der Kirchenstand der evangelischen Frauen Beggingen-Schleitheim hat mit Amélie Schenk und Rita Hasenkopf, zwei Kräuterköniginnen wie sie sich scherzhaft gegenseitig betiteln, zu einem informativen grünen Abend eingeladen. Nach der Begrüßung durch Yvonne Vogelsanger haben sich die Kräuterfrauen gleich selber vorgestellt. Während die eine stets mit Rucksack unterwegs in der ganzen Welt ist, sucht die andere ihre Kräuter oft auch im heimischen Garten. Wir mussten nämlich erfahren, dass das lästige Unkraut verarbeitet in Salaten, Tees, Salben und Tinkturen uns gut tut, ja sogar heilende Wirkung hat, also beim Frühjahrsputz im Garten, Augen auf und sammeln. Wenn man mit dem Rucksack unterwegs ist sollte man die Pflanzen in Papiersäcken sammeln da sie sonst schwitzen und weiter gilt, nie mehr sammeln als man braucht, damit die entsprechenden Pflanzen weiter bestehen. Dabei ist es hilfreich, sich vorher zu informieren, wann und wo die gesuchte Pflanze wächst und blüht. Denn oft lassen sich mehrere Pflanzenteile wie Blüten, Blätter, Wurzeln und Samen nutzen, aber dazu sind die Pflückzeiten natürlich unterschiedlich und nur durch beobachten der Natur erkennt man, wann die einzelnen Pflanzenteile ihren Höhepunkt erreicht haben. Wir haben verschiedene Pflanzen probiert solche wie das Veilchen, den Girsch, die Brennessel, den Löwenzahn und einige mehr. Wussten sie, dass es für den Löwenzahn je nach Region mehr als 30 verschiedene Nahmen gibt? Jetzt im Frühjahr kann man die kleinen Blätter als Salat nutzen, später die goldgelben Blüten als Honig verwerten. Die Bitterstoffe fördern Durchblutung und Verdauung, stärken das Immunsystem und regen den Fettstoffwechsel in Leber und Galle an. Nach intensiver Pflanzenkunde wurden in Gruppen Kräuterbutter und Fichtenharzsalbe hergestellt. Durch das Beimischen unterschiedlicher Kräuter entstanden geschmacklich und optisch zwei völlig verschiedene Butter. Für die heilende Salbe des Fichtenharzes muss dieses mit Oel übergossen und für vier Wochen an einem warmen Ort aufbewahrt werden. Wir haben alles im Wasserbad erwärmt, abgeseiht und mit Bienenwachs vermischt, dies ergab ein wahres Wundermittel. Die Salbe aus dem Lärchenpech, wie man das Harz auch nennt, wirkt entzündungs- und pilzhemmend, wundheilend und als Zugsalbe. Das Harz wird übrigens im Winter gesammelt. Bei einem Apéro haben wir unsere Produkte der Natur ausprobiert und die Getränke dazu angereichert mit Siroup aus verschiedenen Blüten. Geniessen wir jetzt im Frühling das Erwachen der Natur denn auch ihre Düfte und Farben sind wertvoll für Herz und Seele.

MW