

Botanikbrief 10 /2018

Liebe Botanikfreunde,

Endlich wieder: Pinkfarbener Salat!



Wann hattet IHR das letzte Mal einen Salat, der über und über pinkfarben war??! Die Blüten vom Drüsigem Springkraut liefern genau das! Die Blätter sind allerdings ungenießbar.

Ich finde es herrlich, dass dieser Spatzl mit Migrationshintergrund sich bei uns ausgebreitet hat. Ursprünglich war es mal die „Bauernorchidee“, ich finde aber dass sie wegen ihrer Schönheit eigentlich „Maharadscha-Orchidee“ heißen müsste, kommt sie doch aus Indien! Wusstet Ihr, dass sie 10 Mal mehr Nektar hat als unsere einheimischen Pflanzen und dass sie bis November blüht? Ein Labsal für Bienen, denn ab Oktober blüht von unseren Einheimischen fast nix mehr ...

Seine Nüsse sind lecker und schmecken wie Walnüsse, roh oder in der Pfanne geröstet.

Die Blüten helfen äußerlich aufgerieben oder zwischen die Zehen gesteckt oder als Tinktur pur eingerieben gegen Fußpilz. Für die Tinktur füllt Ihr ein Schraubdeckelgläschen mit Blüten, füllt mit Wodka auf, lasst 3 Tage stehen. Abgießen, fertig. Eine preiswerte und wirkungsvolle Methode! Viele Fungizide in den Antipilzsalben sind heute schon zum großen Teil wirkungslos, weil die Pilze sie seit Jahren schon aus den Cremes kennen, aber noch mehr aus den mit Fungiziden ausgerüsteten Synthetik-Schuhen und Socken. Knoblauch ist auch eine Alternative im Kampf gegen Fußpilz, aber die Springkrautblüten riechen besser. 😊

Das Springkraut liefert uns indisches Flair am Wasser, am Wegrand, auf der Waldlichtung. Versucht doch einmal eine Meditation neben einem Springkrautbestand, wenn die Bienen und Hummeln in die einzelnen Blüten krabbeln und ganz darin verschwinden! Diese Pflanze liefert außerdem die Bachblüte „Impatiens“! Neulich bin ich beim Spaziergang durch den „Dschungel“ an der Ruhr über und über von Brennesseln zerstoßen worden. Zum Glück wuchs der Spatzi gleich daneben. Ich habe die saftigen Stängel längs halbiert und mich mit dem Saft eingerieben: Kein Quaddeln, kein Juckreiz! So ein Schätzchen!

Das Springkraut lohnt immer wieder das genaue Hinschauen: Kunst ist doch nichts dagegen: Die „Schneckenauge“ sind Drüsen, mit Nektar für Ameisen!



Aber auch unsere einheimischen (Moment! Einheimisch? Sie sind auch vor Jahrzehnten aus dem Osten eingewandert) Springkräuter haben essbare Nüsse und gewagt schaukelnde, essbare Blüten, allerdings in goldgelb. Sie bevölkern unsere Wälder.



Exoten

Durch meine vielen Exotenkräuterseminare bin ich auf dem „Ich-probiere-alle- Likörrezepte aus“-Trip, denn meine Teilnehmer

bekommen immer zum Schluss ein Likörchen, und nun kommt das Ranking. Welcher schmeckt am besten?

Likörrezepte

„Ouzo“ mit starkem Lakritzgeschmack

5 Stängel Lakritz-Tagetes 3 Tage in 1 Liter Wodka legen, abgießen, 250 ml Wasser und 250 g Zucker dazu.

Estragon-Schnaps, leicht süß, leicht „anisig“, köstlich!

1 Hand voll Estragon-Blätter, 1 Blatt Wermut, etwas Anis-Agastache in 0,7 Liter Wodka legen, dann 250 ml Wasser und 100 g Zucker dazu.
Köstlicher Verdauungsschnaps

Verdauungsschnaps, etwas bitterer

Ein paar Stängel Anis-Agastache oder ein Stängel Lakritz-Tagetes, 3 Blätter Wermut, 5 Blätter Minze, 2 Stängel Colaraute, ein paar Stückchen vom Blattstängel von der Engelwurz (oder ein kleines Blatt): in 1 Liter Wodka legen für 3 Tage, dann abgießen, 250 ml Wasser und 250 ml Zucker dazu. Nachdem ich den Schnaps bei Kräutermagie Keller ausgeschenkt hatte, haben viele TN all die Pflanzen gekauft, scheint sehr gut geschmeckt zu haben!

Holunderbeeren-Amaretto-Likör, bald sind die Beeren soweit ...

Holundersaft herstellen, indem man die Beeren mit ganz wenig Wasser einfach ½ Stunde aufkocht und dann durch ein Sieb streicht. Dann zu einem Liter Holundersaft 300 g Zucker und den Saft einer Zitrone geben und nochmals aufkochen. Dazu ½ Liter Amaretto-Likör und ½ Liter Wodka.

Wenn Ihr noch Exotenkräuter braucht, so gibt es die bei Kräutermagie Keller und bei allen Filialen von Gartencenter Augsburg noch einige Wochen lang. Seitdem ich auch bei Gartencenter Augsburg Seminare gebe, sind immer ca. 100 verschiedene Kräuter auch dort von Ort, zum großen Teil in Bio-Qualität, auch manchmal Exoten wie Limonaden-Pflanze, Limonen-Melisse oder Australisches Zitronenblatt. Meine letzten Exotenkräuterseminare dieses Jahr: Bei Kräutermagie Keller, je Sa 10-12 Uhr am 25.8. und 29.9. (Anmeldung uschi.stratmann@web.de) und in Krefeld bei Gartencenter Augsburg am 30.8., 18-20 Uhr (Anmeldung Tel: 02151/931970), Je 20 Euro.



Das Kraut der Unsterblichkeit

Ein Abteilungsleiter von Gartencenter Augsburg hat mir erzählt, dass seine ehemals sehr kranke Mutter 2 Jahre lang tgl. 3 Blättchen davon gegessen hat: Heute kann sie wieder laufen, ist toppfit und hat die

Blutdruckmedikamente nicht mehr nötig!! Das Kraut gibt es bei Kräutermagie Keller und Gartencenter Augsburg, es ist ausdauernd und winterhart. Nur dürfen es die Schnecken niemals! Sonst habt Ihr unsterbliche Schnecken! Schnecken mit niedrigem Blutdruck, niedrigem Cholesterinspiegel, die niemals Krebs bekommen, keinen Diabetes haben und mit einem superguten Immunsystem ...

Kräuter für`s Gehirn sind außer dem Kraut der Unsterblichkeit (Jiaogulan) auch noch Puhnarnava, Gotu Kola, Brahmi, Kleefarn und schon im alten Griechenland die Klassiker Melisse, Rosmarin, Wermut und Salbei. Zitronenmelisse soll bei längerem Gebrauch sogar den IQ erhöhen!

Termine:

BOCHUM // SO, 21.10., 10-17 Uhr

Der bunte Kräutertag!! Wir machen es uns schön mit Exkursion, Bitterstoffen, Salbe kochen, Filmchen, Vortrag ...

An einem traumhaft schönen Ort am Kemnader See! Mit Kräuter-Exkursionen, wir probieren und sammeln Samen und Heilkräuter, incl. Vortrag und Schmeckquiz: „Das wahre Wesen der wunderbaren Bitterstoffe“, Fotovortrag Löwenzahn, Kräutermärchen, wir kochen eine Heilsalbe für jeden zum mitnehmen, Fotoquiz und Löwenzahnquiz. Pause mit Gelegenheit zum gemeinsamen Mittagessen (auf eigene Kosten 13.00-13.30 Uhr) Anmeldung über uschi.stratmann@web.de, 75 Euro pro Person (Incl. Skript, Salbe, Likör, Sammeltütchen), bar vor Ort zu bezahlen. Begrenzte Teilnehmerzahl!!

Treffpunkt: Bochum, Oveneystr. (Sackgasse), Parkplatz, am unteren Ende des Parkplatzes

DI, MI und DO, 6.11., 7.11., 8.11, je 19-21.30 Uhr

SALBE KOCHEN, DEO RÜHREN

3 Abende in meiner Küche und meinem gemütlichen Wohnzimmer, für alle 3 Abende zusammen 110 Euro, (einzeln buchbar 40 Euro pro Abend).

Theorie: Heiler Johanniskraut! Heiler Spitzwegerich! Pflanzliche Antibiotika. Inhaltsstoffe. Warum Salben selbst machen? Was tut die Haut? Was braucht die Haut? Hautkräuter zur Wundheilung, gegen

Neurodermitis, Pickel, Schuppenflechte, Warzen, Fußpilz Jeden Abend mit Filmen, Foto-Quiz, Keksen und Tee.

Insgesamt kochen wir jeden Abend 2-3 Produkte, für jeden zum mitnehmen, insgesamt an den 3 Abenden 3 Deos, mindestens 4-5 Salben, u.a. Erkältungsbalsam mit ätherischen Ölen und die superwirksame Harzsalbe, Pappelknospensalbe und "Fluffi-Creme" für super-trockene Haut, mit wundervollem Duft nach Lemongras!!

Anmeldung unter uschi.stratmann@web.de oder 02324 9680125 , begrenzte Teilnehmerzahl!!

Treffpunkt: Sprockhövel, Schultenbrinkstr. 18, Seiteneingang, die Einfahrt rein, (bitte in der Schulstr. parken und 200 m zu Fuß kommen)

Kalte lange Novemberabende ... Kräuter-Intensivkurs in gemütlicher Runde im Wohnzimmer mit guter Laune, Märchen, Quiz und viel Wissen, 16 Termine, einzeln buchbar

SPROCKHÖVEL // Je DI, MI und DO, 31.10.- 12.12., je 19-21.30 Uhr

Jeweils mit Quiz (zum riechen, raten, schmecken oder Fotos), jedes Mal mit Filmchen, Kräuter-Märchen, Skripten, Tee und Keksen. Nur mit Anmeldung über uschi.stratmann@web.de oder 02324 9680125, In kleiner gemütlicher Runde in meinem Wohnzimmer, Einzel-Abend 35 Euro, Gesamt-Paket incl. Zertifikat 480 Euro.

Mein nächsten Touren

11.8., SA, 10-12 Uhr, **ENNEPETAL**-Rüggeberg, Parkplatz an der Heilenbecker Talsperre, Anfahrt über Hohlweg

11.8., 15-17 Uhr **BOCHUM**, Im Lottental 53

12.8., SO, 10-12 Uhr, **WITTEN**, Waldparkplatz zwischen Rauendahlstr. 127 und 129, Muttental

Termine:

Weitere Kräutertouren, meine Salbenkurse im Herbst, mein **Intensivseminar** in kleiner Gruppe ab November über viele Abende in meinem gemütlichen Wohnzimmer und **Exotenkräuterkurse bei Kräutermagie Keller** findet Ihr hier:

<http://www.kraeutertour-de-ruhr.de/ALLE-KRAeUTERTERMINE/>

News immer hier:

<https://www.facebook.com/kraeutergurus/>

[Alle Termine: www.kraeutertour-de-ruhr.de](http://www.kraeutertour-de-ruhr.de)

Herzliche Grüße
Eure Kräutergurus