

## Botanikbrief 3/2018

Liebe Botanikfreunde,

## Schmetterlinge auf dem Brot



Sauer macht lustig ☺ ...



Dazu mit allerliebster Blüte in rosa! Der brasilianische Sauerklee (*Oxalis triangularis*)



Ein Schätzchen für die Fensterbank, dessen Blüten und Blätter sauer schmecken, auf dem Käsebrot, im Obstsalat (die Show!!! Wer hat das schon?!) und einfach fantastisch aussehen, als Zimmerpflanze und im Salat. Wenn sie in einen Kräutertee kommen, ersetzen sie die Zitrone und geben ihm eine rosa Farbe! Immergrün auf der Fensterbank, sehr robust! Wo es das gibt? Ab April In Bio-Qualität bei meinem liebsten Kräuterladen, mit 500 Exotenkräutern in Datteln: Kräutermagie Keller: [www.kraeutermagie-keller.de](http://www.kraeutermagie-keller.de)



*Oxalis acetosella*

Sicher habt Ihr erkannt, dass es ein Verwandter „unseres“ Sauerklees ist. Den Wald-Sauerklee mit weißen Blüten kennen sicher viele: Als Essigersatz oder als Erfrischung spontan im Wald zu verspeisen. Eine ausführliche Geschichte zu diesem von mir hoch verehrten Lieblingsschätzchen findet ihr auf meiner website:

<http://www.kraeutertour-de-ruhr.de/Geschichten/>

Dazu gibt es aber bei uns auch noch 2 gelb blühende Sauerkleearten, die mehr städtische Gefilde und Bürgersteine bewohnen (ein „Herz“ für Stadtbewohner ☺), die wir auch essen und als Herzdeko verwenden können: (*Oxalis corniculatus*)



So ein wenig rosa leuchten die Blätter ja auch hier. Und wenn Ihr grade JETZT euren Liebsten einmal Eure Liebe gestehen möchtet: Schenkt Ihr/Ihm einfach ein Herz!

Wenn Ihr mehr Exoten kennen lernen und kosten wollt, Seminar mit mir in Datteln (Begrenzte Teilnehmerzahl!) Ansonsten findet Ihr Stände mit Kräutermagie Keller bei manufactum bei den Gartentagen im April in Waltrop.

DATTELN // SA, 23.6., 10-12 Uhr, 20 €

## EXOTISCHE Kräuter mit allen Sinnen!

Kräutermagie, Duft- und Liebeskräuter, Kräuterbutter beim Biolandhof Kräutermagie Keller in Datteln. Riechen und kosten Sie heute ALLES!! (Hier gibt es über 500 !!!!!!!!!!! Kräutersorten zu kaufen, Exoten, Gemüse, Wildkräuter ...) Parakresse lässt es auf der Zunge wie Brausepulver prickeln, der nach Nuss schmeckende Kleefarn erhöht tatsächlich (sieht aus wie ein vierblättriges Kleeblatt) den Serotoninspiegel, 25 verschiedene Minzen harren der Entdeckung, die Minzpelargonie mit dem flauschigsten Blatt aller Zeiten duftet auch nach Eu.... und Z..... Wermut stellt Euch sofort in die Schuhe und Mutterkraut heilt als einziges Kraut der Welt verletzte Nerven!!!!!!!!!!!!Der spannendste Kräuterladen der Welt!!!!!!!!!!!!!! Inclusive Kräuterbutterbrote, Kräutertee und Likör. Kaffee und Kuchen gegen Spende, in der urigen Holzhütte auf dem Biolandhof. 20 Euro! Auch bei Regen.

**Treffpunkt:** Bioland-Hof von Kräutermagie Keller, Markfelder Str. 32, pro Person 20 €, nur mit **Voranmeldung über Kontakt oder uschi.stratmann@web.de**



Kleefarn (*Marsilea minuta*) auf der Fensterbank bei mir, erhöht nachweislich den Serotoninspiegel!

## **EXOTENKRÄUTER-QUIZ bei meinen Seminaren in den Gartencentern Augsburg mit allerleckersten Naschereien!! Lassen Sie sich einladen!**

**Zu Hugo (mit oder ohne Alk.), zu Butterbroten mit Basilikumbutter (köstlich!), zu Kräuterlikör und allerlei Geschmackssensationen.**

Haben Sie schon mal Naschzipfel, Gotu Kola (stärkt das Gedächtnis, Elefanten fressen das .. ), Wermut, Feigenminze, Johannisbeer-salbei, das "Kraut der Unsterblichkeit" oder 10 verschiedene Minzen probiert?? Am köstlichsten: Die Lakritz-Tagetes!!! Brauchen Sie Kräuter, die den IQ erhöhen, wahlweise gegen Basilisken oder böse Geister helfen, die Sie in die Schuhe stellen oder maximal das Immunsystem auf Vordermann bringen? Oder gar ein Liebeskraut? Kein Problem! Alles da .. Ich liebe die Seminare mitten zwischen den Kräuterregalen, wo ich zwischen 10 Minzen und 5 Basilikumarten und Exoten aller Art mich nie entscheiden kann, welche ich alle noch im Garten haben will. Alle! **Nur 20 Euro!**

**Nur mit Voranmeldung in dem jeweiligen Markt telefonisch oder persönlich dort, begrenzte Teilnehmerzahl, noch einige Plätze frei!**

**Jeweils 18.00-20.00 Uhr**

Mi, 27. Juni 2018 – Gartencenter **Iserlohn** Tel. 02371 / 97470, Akeleiweg 2

Di, 3. Juli 2018 – Gartencenter **Unna** Tel. 02303 / 2589940, Massener Str. 145

Mi, 4. Juli 2018 – Gartencenter **Hagen** Tel. 02334 / 98050, Im Eichhof 15

Do, 5. Juli 2018 – Gartencent. **Schwerte** Tel. 02304 / 941110, Hörder Str. 119

Di, 10. Juli 2018 – Gartencent. **Krefeld** Tel. 02151 / 931970, Am Herbertzhof 9

Mi, 11. Juli 2018 – Gartencenter **Bochum** Tel. 0234 / 9020070, Am Ruhrpark 7

Do, 12. Juli 2018 – Gartenc. **Castrop** Tel. 02305 / 923390, Am Landwehrbach 1

## Wusstet Ihr schon?



Eines meiner Lieblingsschätzchen ist auch schon bald wieder zu verspeisen:

Nein, nicht die Blüten, die kommen erst im Juni, auch nicht die Blätter, davon bekommt man Brechdurchfall, nein! Die Keimlinge! Saftige kleine Pflänzchen mit 2 fleischigen Blättern, überall an der Ruhr, in vielen Wäldern! Lecker! Die Balsaminengewächse sind in rohem Zustand für uns ansonsten unbekömmlich, Kochen zerstört die giftigen Glykoside, Chinone und einen Teil der Oxalsäure.

Aber die enthaltenen pharmakologisch wirksamen Inhaltsstoffe machen die Schätzchen nicht umsonst zu einem „Balsam“: Die Blätter auf Wunden gelegt oder auf juckende Insektenstiche lindern Schmerz und Juckreiz und fördern die Heilung. Im Blattsanft sind Tannine und andere Gerbstoffe: Diese ziehen Wundränder zusammen, und wirken Bakterien abtötend.



So sehen die leckeren Keimlinge des Drüsigen Springkrautes aus (Foto Corinne Buch)

...



(Foto Corinne Buch, Bochumer Botanischer Verein), in diesem Zustand essbar

Wenn Ihr Keimlinge bestimmen möchtet, hier ist die ultimative einzige Seite, wo es Infos dazu gibt, danke an Dr. Armin Jagel und Corinne Buch vom Bochumer Botanischen Verein!

[https://www.botanik-bochum.de/pflanzenbilder\\_kraeuter\\_keimlinge.htm](https://www.botanik-bochum.de/pflanzenbilder_kraeuter_keimlinge.htm)

## Wusstet Ihr schon?

Aus Vogelmiere kann man ein wunderbares Heilöl machen:

Ein Schraubdeckelglas etwa zu einem Drittel mit zunächst angewelkter, dann zerschnittener Vogelmiere füllen, mit Öl bis zum Rand auffüllen, ein Pergamentpapier darüber binden und 3 Wochen ins Licht stellen.

Dann durch ein Tuch, welches in einem Sieb liegt, abgießen. Mit einigen Tropfen Lavendelöl versetzen: Erhöht die Haltbarkeit und verbessert den Duft.

Eine wunderbare Einreibung : Schmerz stillend, Entzündung hemmend. Auch als Emulsion, dann 1:1 mit Aqua calcareae (Apotheke) vermischen: Lässt sich wie ein Emulsion wunderbar verreiben, zieht sofort ein, ist allerdings nur wenige Tage in dieser Form haltbar, also immer nur eine kleine Menge davon mit Kalkwasser verdünnen (Das war DER Tipp von Heilpraktiker Uwe Schlutt von der Phytaroschule!! Danke dafür!!)



Vogelmiere erkennen: Am Stängel befindet sich EINE Haarleiste, wie bei einem Punker ...



**Ab sofort gibt es bei mir keinen Salat mehr aus dem Laden, denn SIE sie sind wieder da:**



Oben links Knoblauchrauke, (lecker statt Zwiebeln), oben rechts Wegerich (herrlich mit Zink und Selen und etwas Pilzgeschmack), unten Löwenzahn (mit Molybdän, Cobalt, Kupfer und weiteren Spurenelementen) und Giersch (die Waffe gegen Gicht mit 200 mg Vitamin C/100 g. Kann das ein Salat vom Discounter bieten? **Niemals ?** 😊)

**Hier ein paar kurze Videos mit mir:**

**Efeu, Goethe und die Liebe**

<https://www.youtube.com/watch?v=icQXC2b92SM>

**Efeu, Waschmittel für die ganze Stadt**

<https://www.youtube.com/watch?v=rT1OrMLkp-c>

**Efeu für die Gesundheit**

<https://www.youtube.com/watch?v=mBoKicWUiOA>

Vielen Dank an Yasmin Kuhr fürs Filmen! Viel mehr Filme und wilde Kräuterstories und bald auch Gratis-Ebooks auf unserer neuen wunderschönen Blogseite:

**<http://kraeuterguru.de/>**

## Termine



### **SAATGUTFESTIVAL**

**10.3., Samstag, Düsseldorf, Geschwister-Scholl-Gymnasium, Redinghovenstr. 41**

Ich möchte Euch hiermit einen sehr schönen Event vorstellen, wo es wundervolles Bio-Saatgut gibt, viele viele Stände mit interessanten Pflanzen, ich glaube, die größte Auswahl an Tomatensamen überhaupt (lila, flaschenförmig, mehrfarbig, alte Ursorten ....) Bio-Garten-Initiativen stellen sich vor, es gibt leckeres Essen, eine Kräuterküche, Mitmachaktionen und **viele Vorträge**! Das letzte Mal war eine wunderbare Atmosphäre dort! Auch ich werde da einen Stand haben, mit Kräuter raten usw.

### **GARTENTAGE**

28.4., Samstag, 11-17 manufactum Gartentage, Waltrop, Hiberniastr. 4

### **NATURGARTENTAG**

**12.5. Samstag, 11-16 Uhr Naturgartentag Oberhausen, Haus Ripshorst**

Bei dieser Veranstaltung gibt es Bio-Kräuter z.B. von Kräutermagie Keller, allerlei Exotenkräuter, Gartenzubehör, Kunst, leckeres Essen, viele Vorträge, Führungen zum Thema Garten und Kräuter

### **WOCHE DER BOTANISCHEN GÄRTEN**

**9.6.-17.6. Dieses Jahr zum Thema Arzneipflanzen, z.B. im Rombergpark**

aber auch in vielen anderen botanischen Gärten, Im Rombergpark werde ich dabei sein am 9.6. um 14 Uhr mit einem Vortrag über eine selbst gemachte Kräuterapotheke.

### **TAG DES OFFENEN GARTENS z.B. Naturgarten des NABU Dortmund**

10.6. Gärtnerverein Dortmund-Nord, Eberstr. 46, Garten 85, NABU-Garten

Auf Facebook sind wir jetzt unter folgender Adresse zu finden:

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

### Vortragsabende mit Quiz

MITTWOCH! 7.3., **Baumgesichter!** Fotovortrag mit sensationellen Bäumen aus dem Ruhrgebiet! Mit „Mythos-Baum-Quiz“ und **botanischem Kuriositätenkabinett!!!**

DI, 13.3. Essbare **Blüten und das Geheimnis des Rasensalates** (Oder: „Woher Karnickel das schöne Fell, die glänzenden Augen und das heitere Wesen haben...“) Wenn kein Schnee liegt, **mit Rasensalat!!**

*Alle Anmeldungen dazu über [fbw-bochum.de](http://fbw-bochum.de), oder 0234/67661, Freies Bildungswerk Bochum, Oskar-Hoffmann-str. 25, in der Nähe des Hbf, 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr., pro Abend 30 Euro*

## KRÄUTERTOUREN 2018 mit Ursula Stratmann

Einfach hinkommen, ohne Voranmeldung, 20 € pro Person, bin auch bei Regen da.

11.3. SO, 10-12 Uhr, **ESSEN**, Langenberger Str.1, Bootshaus Ruhreck

11.3. SO, 15-17 Uhr, **BOCHUM**, Oveneystr. Parkplatz, an Minigolfhütte

24.3. SA, 10-12 Uhr, **HERDECKE**, vor Café Extrablatt, Mühlenstr 11

24.3. SA, 15-17 Uhr, **HATTINGEN**, Am Wallbaum 16 (Tour an der Ruhr)

**Zu folgender Tour mit öff. Verkehrsmitteln oder über den Ruhrtalradweg kommen. Wegen Muttentalfest sind alle Zufahrtsstraßen gesperrt, Muttentalfest 11-17 Uhr, alle Museen sind offen samt Kaffee und Kuchen im Bethaus, lohnt sehr!**

25.3. SO, 10-12 Uhr **WITTEN**, Nachtigallstr. 27, vor Feldbahnmuseum

25.3. SO, 15-17 Uhr, **BOCHUM**, vor Stiepeler Kirche, Gräfin-Imma-Str. 212

14.4. SA, 10-12 Uhr, **DORTMUND**, vor Hotel Diekmanns, Wittbräucker Str. 980

15.4., SO, 10-12 Uhr, **WETTER-WENGERN**, Triendorfer Str. 6, Hotel Davidis

15.4. SO, 15-17 Uhr, **WITTEN**, vor Freizeitbad Heveney, Querenburger Str. 35

Herzliche Grüße, Eure Ursula

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

## **Bücher von Ursula Stratmann**



**SELM-CAPPENBERG / 23.6./ 15-17 Uhr**

**Eine besondere Tour: Stonehenge??**

**Urige am alten Schloss Cappenberg: Kräutertour mit Steinkreis und heiligen Bäumen!**

Urige Bäume mit Gesichtern und knorrigen Wurzeln, Hexenkraut und eine Atmosphäre wie aus einer anderen Welt, dazu ein **mystischer Steinkreis** an einer alten Linde, gestaltet von dem berühmten Geomante Marko Pogacnik! Der Schlossteich bietet Heilkräuter ..., einfach hinkommen, 20 Euro

*Treffpunkt:* Selm-Cappenberg, Schlossberg, vor Schloss Cappenberg