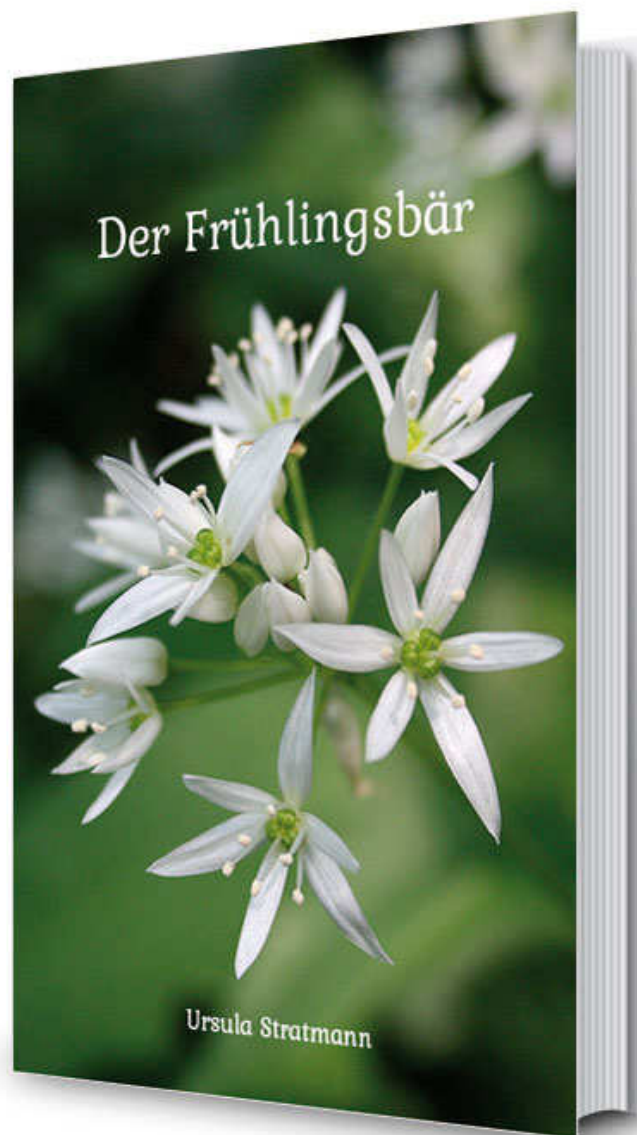


Botanikbrief 5/2018

Liebe Botanikfreunde,

Unser neues Ebook:

Bärlauch – Der Frühlingsbär!



30 Seiten pures Insiderwissen über Bärlauch, den Gesundmacher

- Was Ihr schon immer über den Bärlauch wissen wolltet, aber nie zu fragen wagtet ...
- 4 köstliche Rezepte: Pesto, Quiche, Salat, Öl, Essig ...
- Mit Anti-Aging-Fitness-nur-für-Menschen-die-100-werden-wollen-Salat
- Bärlauchtinktur zur Schwermetallentgiftung, Blutdrucksenkung, Darmsanierung
- Was der Bär nach einem halben Jahr Winterschlaf wirklich denkt ...
- Signatur Hochzeitsspitzen! Ganz klar!
- Ein Liebeskraut!
- Wie ihr ihn ganz einfach vor die Haustür und in die Stadt holen könnt
- Bärlauch“früchte“ sind lecker
- Pfarrer Künzle schreibt: „Ewig kränkelnde Leute sollen den Bärlauch verehren wie Gold ... Die jungen Leute würden dabei trüchen wie ein Rosenspalier und aufgehen wie Tannenzapfen in der Sonne“. Aha! Guten Appetit!
- Was hat das Wort ge“bär“en damit zu tun?
- Und die giftigen Doppelgänger? Uiuuih ...
- Märchen: Was der Lungenkrautelf für seine Liebste tat ... unerhört!

Es handelt sich um ein Ebook im PDF-Format und ist NICHT in Papierform erhältlich! Sie erhalten nach dem Kauf per Mail einen Downloadlink.

Ab sofort erhältlich, 4 Euro:

Hier ist der Link zum bestellen:

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



Auch die Früchte sind essbar!!

Gratis-Ebook

Wer neu bei uns ist und unser **Gratis-Ebook „5 geheime Kräuter für die Liebe“** noch nicht hat, kann es noch bekommen. Einfach unter www.krauterguru.de eintragen, dann bekommt ihr es zugeschickt. Ganz einfach auch als pdf zu lesen, auf jedem Gerät. Wir haben schon 600 begeisterte Leser!



Gundermannsalbe selbst gemacht

Gundermantinktur

Bei meinen Tinkurentagen gehört die Gundermann**tinktur** zu den wertvollsten überhaupt! Als Urtinktur (mit frischen Blättern angesetzt) bewirkt sie, dass der „chronisch Kranke die Zuversicht hat, sich selbst heilen zu können“. Wow!! Original-Ton der Firma Ceres-Urtinkturen.

Außerdem kann sie bei Husten eingesetzt werden, zur Ausleitung von Giften und Schwermetallen, zur Anregung von Niere und Leber. Ich kenne einige Leute, die durch das längerfristige Einnehmen ihre Ekzeme und Pickel losgeworden sind und allerlei andere Beschwerden. Äußerlich 1:3 verdünnt dient sie als Wundwaschmittel ähnlich wie Salbei. („Gund“ heißt „Eiter“ und dagegen hilft sie.)

Gundermannsalbe

Die Salbe ist für Neurodermitiker, zur Hautberuhigung, zur Heilung

Zutaten:

2 Hände voll blühende Gundermasnntängel

120 ml Öl

10 g Lanolinanhydrid

3 g Bienenwachs

Einige Tropfen Lavendelöl

Zubereitung

2 Hände voll blühende Gundermannstängel, abgezapft und klein geschnitten

120 ml Öl, z. Bio-Sonnenblumenöl oder Mandelöl

10 g Lanolinanhydrid (etwa 1 Teelöffel voll), aus der Apotheke, dient als Emulgator

Alles in einen Topf geben und ca ½ h köcheln, nicht frittieren, immer wieder umrühren. Dann abkühlen lassen, durch ein Sieb abgießen. Wenn noch Blätterreste drin sind, noch durch ein Küchentuch seihen.

Zu dem abgegossenen warmem Öl gibt man

3 g Bienenwachs (etwa 1 Teelöffel voll Plättchen), Falls alles nicht sofort schmilzt noch mal kurz erwärmen, zum Schluss noch **5 Tr. ätherisches Lavendellöl** dazu (oder weglassen, dient der längeren Haltbarkeit, duftet gut) In ein Salbentöpfchen abfüllen und offen lassen, bis es fest und kalt geworden ist (einige Stunden). Verschließen und beschriften, kühl aufbewahren.

Die Salbe ist ca ½ Jahr haltbar, **ist grün** (ooh! ☺) und hilft bei entzündeter Haut, bei Neurodermitis, bei leichten Schürfwunden.

Meine einfachste Salbe besteht sonst nur aus Pflanzenöl und Bienenwachs. In diesem Fall löst das Lanolin noch die wasserlöslichen Inhaltsstoffe aus der Pflanze, dadurch wird die Creme noch wirkungsvoller!



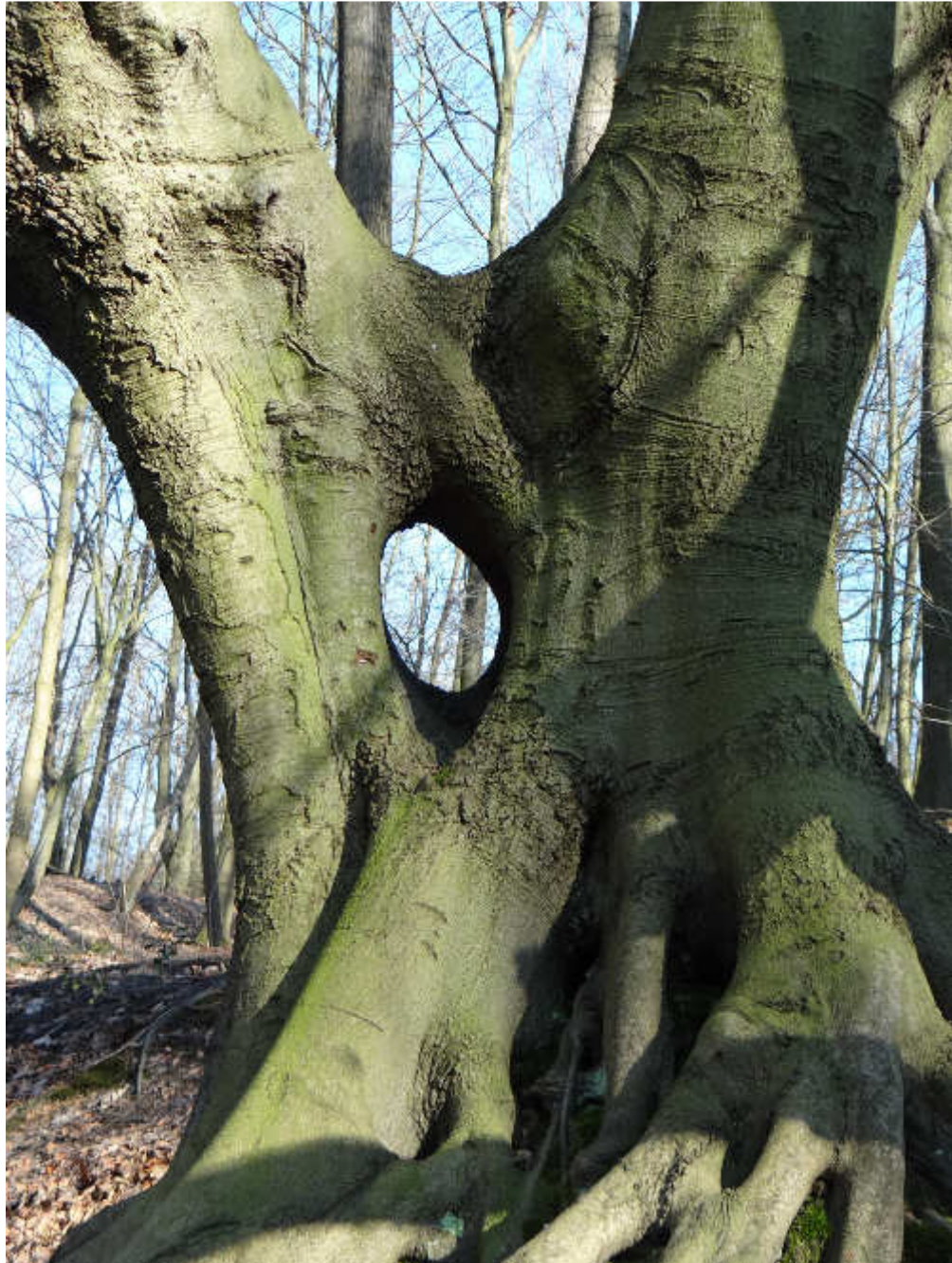
Gundermann, Foto Heinz Lappe



Auch als Zierpflanze und als Gewürz nicht zu verachten!! Rabnkjt wunderbar auch in aufgehängten Blumentöpfen! Meine Hommage an den Gundermann (oder ist das eine Frau?) könnt Ihr in „Mein Stadtkräuterbuch“ nachlesen. (Foto Heinz Lappe)

Ausflugs-Tipp!

Ausflugstipp zu urigen Bäumen im Weitmarer Holz, Bochum, Am Bliestollen, in der Nähe des Lokals Waldhaus Bochum: **Direkt an der Straße** und in den Wäldern rechts und links: Zauberorte mit uralten Bäumen! Die WOLLEN gesehen werden!



Das schönste Elfenauge, das ich je gefunden habe!



Es tanzt ...



und guckt ...



Und küsst ...



...mit Elfenaugen

Was man jetzt essen sollte ...



Vergissmeinchtblüten, Stiefmütterchenblüten, Gänseblümchen ...

... und natürlich (nur noch wenige Tage) Ahornblüten: Sie sehen im Gegensatz zu anderen Baumb Blüten richtig wie Blumen aus mit gelbgrünen Blütenblättchen, angeordnet zu Ministräufchen und schmecken ganz zart leicht süß



Das sind die Spitzahornblüten. Sie sind gerade jetzt reif. Etwas später kommen Feld- und Bergahornblüten, ebenfalls lecker!

Noch kann man auch einige Baumblätter probieren: Wenn sie gerade aufgehen, sind noch die wenigsten Gerbstoffe drin. Am leckersten sind Lindenblätter, am zweit leckersten Feldahornblätter, hier im Bild Buchenblätter, zart beharrt, leicht säuerlich:



Jetzt noch: Scharbockskraut: Blättchen am besten vor der Blüte essen:



Und wenn Ihr mal im Stau steht, auf der A 43, 44, 45 oder 46: Da hab ich es überall schon gesehen: Gerade flächendeckend als weißer Teppich am Mittelstreifen, ca. 5 cm hoch: **Das dänische Löffelkraut**. Also im Stau: Stehen bleiben, Tür auf, pflücken mit Wurzeln, im Garten ansiedeln, dann die nachwachsenden genießen: Sie kosten in Kräuterläden 5 Euro: Dänisches Löffelkraut schmeckt lecker nach Kresse. Ein Schätzchen mit Migrationshintergrund! Kommt aus Dänemark vom Strand. Ein LKW brachte es wohl mit, und dann dachte es: „Oh ganz wie zu Hause hier, salzig, sandig, staubig, trocken, ist ja wie am Strand!“ Und so fühlte es sich an der Autobahn eben ganz wie daheim. Und nun? Ist es flächendeckend bei uns an der Autobahn zu Hause!



3 Abende in meinem Garten und in meiner Küche: SALBE KOCHEN, Deo RÜHREN, HAUTKRÄUTER

Drei verschiedene (!) Abende : zunächst kleine Gartenbegehung, jeden Abend anders! **Ich habe über 150 Kräuter im Garten.** Hauptthema: Hautkräuter, Salbe kochen:

DI: Theorie: Was tut die Haut? Was braucht die Haut? Tausendsassa Johanniskraut! Hautheiler, Antibiotikum usw ... **Wir machen 3 Deos,** (Kokos, Hamamelis, Salbei mit äth. Ölen, für jeden zum mitnehmen

MI: Wegerich und andere Hautkräuter, Pflanzliche Antibiotika für die Haut, **wir kochen 2 Salben**, u.a. Erkältungsbalsam mit ätherischen Ölen! Meine TN und ich schwören drauf!! Wir besprechen weitere Hautkräuter und Theorie von selbst gemachten Kosmetika

DO: Weitere Hautkräuter: Was tun bei Warzen, Neurodermitis, Fußpilz, Entzündungen? **Wir kochen Pappelknospensalbe und "Fluffi-Creme"**, die SUPERSALBE für trockene Haut mit himmlischem Duft!! Für jeden zum mitnehmen

Bei Regen komplett in meinem gemütlichen Wohnzimmer mit Filmen, Tee und Theorie. Hier könnt Ihr meine 200 Kräuterbücher mal durchstöbern und meine Kräuteraapotheke mit 200 versch. Kräutern. **Je Abend 40 Euro incl Materialkosten. Anmeldung unter uschi.stratmann@web.de oder 02324 9680125**

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

Mehr Infos und Filme auf:

<http://kraeuterguru.de/>

Termine

Auf Facebook sind wir jetzt unter folgender Adresse zu finden:

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

Vortragsabende mit Quiz

KRÄUTERTOUREN 2018 mit Ursula Stratmann

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

19.5. SA, 10-12 Uhr, **UNNA**, Bornekampstr. 17, Unterführung (Bornekamptal)

20.5. SO, 10-12 Uhr, **ESSEN-Kettwig**, Am Mühlengraben 4, vor Eisdielen

20.5. SO, 15-17 Uhr, **WETTER**, Gustav-Vorsteher-Str. 23, Parkplatz

Herzliche Grüße, Eure Ursula

Alle Termine: www.kraeutertour-de-ruhr.de

Bücher von Ursula Stratmann



Kurse mit mir:

Bochum 16.5., 26.5., 28.5.-1.6., 16.6., 20.6., 30.6., 1.7., 15.7., 11.7., **Castrop-Rauxel** 12.7., **Datteln** 23.6., 25.8., **Dortmund** 14.4., 9.6., 24.6., , **Essen** 22.4., 20.5., 14.7., **Gelsenkirchen** 7.7., **Hagen** 19.6., 4.7. , **Hattingen** 24.3., **Herdecke** 24.3., **Herten** 7.7., **Iserlohn** 27.6., **Krefeld** 10.7., **Schwerte** 1.7., 5.7., **Selm-Cappenberg** 23.6., **Sprockhövel** 18.4., 19.4., 22.4., 22.5., 23.5., 24.5., **Waltrop** 17.6., **Wetter** 15.4., 20.5., **Witten** 15.4., 21.4., 3.6., **Wuppertal** 10.6., **Unna** 19.5., 3.7.

BÄUME: 21.4., 19.6., **MIT SALAT:** 16.5., 20.6., **TINKTUREN** selbst gemacht: 26.5., 16.6., 30.6., **SALBEN kochen:** 22.5.-24.5., **EXOTEN- und GARTENkräuter:** 23.6., 27.6., 3.7., 4.7., 5.7,

Termine: Kräutermärkte

*Dort überall findet Ihr auch den Bioland-Exoten-Kräuter-Anbieter Kräutermagie Keller, meinen allerliebsten Lieblingsanbieter mit über 500 Exotenkräutern, mit Liebe und bio groß gezogen , in offenen Gewächshäusern, so dass sie bei uns auch was werden!!
Im Gegensatz zu einigen Treibhauspflanzen aus Holland, die nicht nur nicht einjährig sind, sondern manchmal noch nicht mal einwöchig nach dem Auspflanzen...*

Fr, 27. April Gartentage Manufactum Waltrop

Sa, 28. Bei Manufactum auf dem Gelände der Zeche Waltrop dreht sich Ende April

10 - 18 Uhr wieder zwei Tage lang alles um Tomaten-, Kräuter- und Gemüsepflanzen,

Erdorchideen, Rosen und Obstgehölze, um Gewächshäuser, Gartenwerkzeuge und Gartenzubehör. Manufactum, Hiberniastraße 5, 45729 Waltrop
<https://www.manufactum.de/gartentage-waltrop-c-224/>

Sa, 28. April Frühjahrs-Pflanzenraritätenmarkt Essen, Grugapark

So, 29. Bei den Ausstellern handelt es sich neben Besitzern kleinerer Produktionsbetriebe 10 - 18 Uhr auch um engagierte Privatsammler, die zum Teil über namhafte Sammlungen verfügen. Der interessierte Besucher wird schnell feststellen, dass man aus den Gesprächen so manchen guten Tipp mit nach Hause nehmen kann. Auch der Fachmann kann hier Raritäten entdecken, die sonst nur mit großem Aufwand zu erhalten sind. Dazu gehören selbstverständlich auch Neuheiten, also Pflanzenzüchtungen, die erst seit Kurzem auf dem Markt sind. An der Orangerie des Grugapark, Virchowstraße, Essen
<http://www.grugapark.de/2018/fruehjahrspflanzenmarkt.html>

Sa, 5. Mai Basilikum Infostunde in der Kräutermagie

11 – 12 Uhr Tauchen Sie mit uns ein in die faszinierende Welt des Basilikums. Lernen Sie die verschiedenen Sorten kennen, Tipps für eine ertragreiche Ernte und die optimalen Standortbedingungen. Eintritt frei.

Sa, 5. Mai Blumen und Gartenmarkt Herten Innenstadt

So, 6.

10 – 18 Uhr

Sa, 12. Mai Naturgartentag Ripshorst, Ripshorsterstr. 306, Oberhausen

12 - 18 Uhr Rund um das Thema „Natur und Garten“ finden Erwachsene und Kinder ein bunt gemischtes Angebot: Naturgärten als Lebensraum, gartentaugliche heimische Wildpflanzen, Saatgut, seltene Obst -und Gemüsepflanzen, Kräuter, Gestaltungselemente im Naturgarten - all das und noch viel mehr erwartet die Besucher. Dazu Dekoratives für Haus und Garten, Kulinarisches aus aller Welt, Infostände von Naturschutzverbänden, kostenlose Vorträge und Führungen zum Thema Naturnahe Gärten.

So, 13. Mai Frühlingfest Dortmund Westfalenpark

11 - 18 Uhr

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 Kräuteraapotheke.

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

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