

Botanikbrief 5/ Mai 2019

Liebe Botanikfreunde,

Am 8.4. 2019 war ich beim WDR-Fernsehen: Es war sehr lustig 😊, Bericht seht Ihr hier:

<https://www1.wdr.de/mediathek/video/sendungen/hier-und-heute/video-leckerer-aus-wildkraeutern-teil-i-100.html>

Wegen der vielen neuen Nachfragen hier noch einmal der Erfahrungsbericht:

Schwarze Salbe gegen Muttermale – meine Freundin Yasmin Kuhr ist begeistert!!

Einige Infos vorab: Aus Spiritandhealthkongress 2015:

„Amerikanische Indianer nutzten die Schwarze Salbe vor mehreren Jahrhunderten Überlieferungen zufolge zuerst. Auch Hildegard von Bingen (1098 – 1179 n. Chr.) setzte im Mittelalter Kräutersalben gegen Tumore ein. Im 17. Und 18. Jahrhundert therapierten Ärzte in England und Frankreich mit Schwarzer Salbe, doch das Wissen über die besondere Heilwirkung dieser Salbe ging später unter. Seit einigen Jahren aber ist sie wieder im Gespräch und das nicht zuletzt aufgrund des Buches „Schwarze Salbe – Heilung von Brust- und Hautkrebs im 21. Jahrhundert“ von Adrian Jones, der auch auf dem Spirit of Health-Kongress 2014 in Kassel als Referent zu Gast war.

Inhaltsstoffe der Schwarzen Salbe sind **Blutwurz, Galgant, Graviola, Chaparral, Zinkchlorid, Glycerin, DMSO und destilliertes Wasser**. Blutwurz ist eine Pflanze mit leuchtend gelben Blüten, deren Wurzelstock einen roten Farbstoff enthält. Im Sinne der Signaturenlehre wurde sie daher schon früher als Mittel gegen Blutungen eingesetzt. Graviola (Stachelannone) ist eine in tropischen Regionen beheimatete Pflanze aus der Familie der Annonengewächse.. Die Frucht dieses Baumes ist botanisch betrachtet eine große Beere. Galgant ist ein Ingwergewächs. Er gehört in der Hildegardmedizin zu den wichtigsten Heilpflanzen. **Chaparral galt bei nordamerikanischen Indianern und in der Volksmedizin Mexikos schon lange als Mittel zur Prävention vor bzw. Heilung von Krebsleiden** sowie als Naturmedikament gegen Bakterien, Parasiten und Viren.

Hier gibt es das passende Buch zur schwarzen Salbe mit Rezeptur, Kochanleitung, Anwendung und Sicherheitstipps!! **Bitte kauft es bevor Ihr die Salbe anwendet!!** <https://www.narayana-verlag.de/Schwarze-Salbe-Adrian-Jones/b12694>

Samen Kreosotbusch=Chapparal sind übrigens auch in Deutschland erhältlich. Hier: <http://www.kraeuter-und-duftpflanzen.de/Heilkraeuter/Andere-Heilkraeuter/Chaparral-Saatgut>

Mehr über Chaparral hier: Auf deutsch heißt Chaparral Kreosotbusch, vor der innerlichen Anwendung wird allerdings gewarnt wegen Leber- und Nierenschäden: Mehr hier: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kreosotbusch>

Es gibt getrocknetes Chapparalkraut und alle anderen getrockneten Kräuter der Rezeptur bei Kräuterhaus Schulte. Die haben alles erdenkliche aus der ganzen Welt!! Auch getrocknete seltene einheimische Pflanzen, die man sonst kaum irgendwo kaufen kann. <https://www.kraeuterschulte.de/>

Bitte die Salbe nicht verwechseln mit der, die zum Splitter rausziehen ist auf der Basis von Bitumen wie z.B. Ichtholan, die macht zwar evtl. Pickel weg, aber wohl keinen Krebs. Nur hier gibt es schwarze Salbe, die Muttermale und Krebs beseitigen soll: <http://www.terra-nature-store.de/30g-Indian-Black-Salve-Balm-Schwarze-Salbe-Adrian-Jones>

Hier ist der Erfahrungsbericht von meiner Freundin „Kräuterguru Yasmin Kuhr“:

Huhu, Ihr Lieben,

Ich bin unglaublich begeistert von der schwarzen Salbe! Es ist einfach Zauberei.

Bei Recherchen im Internet bin ich vor einigen Jahren auf die Schwarze Salbe gestoßen, dabei natürlich auch auf ein paar Schauergeschichten... Auf Facebook bin ich der Gruppe „Schwarze Salbe“ beigetreten. Dort haben viele von ihren Erfolgen mit der Salbe erzählt und diese bildlich dokumentiert.

Irgendwann habe ich den Mut gefasst, habe die Salbe aus dem Kühlschrank geholt und ein Probemuttermal im Gesicht ausgewählt. Das Muttermal hat mich seit Jahren gestört. Es sah hässlich aus. Ich wollte es endlich los werden... Mit

einer Nagelfeile habe ich die Oberfläche des Muttermals leicht angeraut, die Salbe auf das Muttermal geschmiert und für 24 Stunden mit einem Pflaster abgeklebt. Die Salbe hat sofort reagiert und das Muttermal ausgetrocknet. Die Stelle hat ein paar Tage ganz schön gebrannt und gezwirbelt. Nach ein paar Tagen ist das Muttermal abgefallen und zurück blieb ein kleiner Krater. Dieser ist ganz schnell geheilt. Man sieht fast gar nichts mehr.

Bis heute habe ich bestimmt über 10 Muttermale mit der Salbe entfernt. Der Verlauf war immer gleich. Je nach Muttermalgröße hat der Ablösungsprozess zwischen 5 und 10 Tagen gedauert. Ich habe leider ab und zu mal an der Kruste herumgeknibbelt. Das sollte man auf jeden Fall lassen, dann ist die Muttermalentfernung sogar komplett narbenfrei.

Es ist wirklich Zauberei! Ich bin so dankbar, die Salbe gefunden zu haben. Das schafft kein Chirurg so exakt und narbenfrei zu arbeiten. Es wird wirklich nur das entartete Gewebe entfernt!!!

Angeblich soll die Salbe nur bei Hautkrebs funktionieren. Nein, sie funktioniert bei sämtlichen Muttermalen. Sie braucht dann nur einen kleinen Impuls (anrauen des Muttermals). Ich habe damit sogar schon Dornwarzen entfernt. Das ist aber deutlich schwieriger, weil sich die Salbe erstmal durch die Hornhaut arbeiten muss. Da muss die Salbe öfter aufgetragen werden und die Hornhaut vorher entfernt werden. Muttermale lassen sich viel einfacher damit entfernen.

Anbei 2 Fotodokumentationen (Stirn und Rücken), LG Yasmin



Aktuell an deutschen Autobahnen: Ein unbekanntes Schätzchen mit Migrationshintergrund!

Ein unauffälliges Schätzchen färbt von April bis Mai die Mittelstreifen der Autobahnen weiß, das **Dänische Löffelkraut**. Gesehen habe ich es im gesamten Ruhrgebiet! Es ist nur ca. 5-15 cm hoch und sieht im Vorbeifahren aus wie weiße Farbe auf dem Mittelstreifen. Zum Glück stand ich auf der A 45 einmal im Stau und konnte ein paar Fotos machen. Sonst hätten Sie wieder die Meldung im Verkehrsfunk gehört: Achtung auf der A 45, Fußgängerin unterwegs ...

Das **Dänische Löffelkraut** ist ein Vitamin-C-reiches, essbares Kraut, welches ursprünglich in salzigen Wiesen am Watt zu Hause ist (Storl, W.-D.: Wandernde Pflanzen, Aarau 2012). Es wanderte also mit den Autos den weiten Weg vom Meer bis zu uns und findet es nun an den Autobahnen, die eben auch im Winter gesalzen werden, einfach heimisch schön wie am salzigen Meeresstrand. Das Ruhrgebiet ist doch tatsächlich ein Einwanderungsland, nicht nur für Menschen! Leider sind zu viele Abgase und Schadstoffe an den Autobahnen, sonst würde ich es direkt mit in den Salat geben. Ich hab es mir in einen großen Pflanzkasten in den Garten geholt und werde seine – dann bei mir biologisch herangereiften Nachkommen – verspeisen. Außerdem sehen die Grundblättchen wie kunstvoll geformte kleine Herzchen aus, nur 5 mm breit, allerliebste! Kann als Symbol im Salat ja niemals schaden.

Bei einem Besuch an der Ostseeküste habe ich auf Fehmarn am Deich einen alten Bekannten getroffen: Das **Dänische Löffelkraut**! In seiner Heimat sozusagen, an einem sandigen, sonnigen, salzigen Standort. Der war übrigens viel schöner als der Autobahn-Mittelstreifen. Das Kraut sah dort auch viel vitaler aus ... Ein Kreuzblütler, das haben Sie natürlich sofort geahnt, oder? Übrigens finden Sie ab Spätsommer nichts mehr von diesem kleinen Kräutlein. Für die wilde Ernte müssen Sie bis zum nächsten April warten. (*Cochlearia danica*)



Folgende Blüten könnt Ihr im Moment essen

Fuchsien, passen zu jedem Salat, als Deko und herb-zart-süße Geschmacksnote oder einfach so, mal eine beim Nachbarn zu naschen. Am besten schmecken die Knospen

Margerite, gehören nicht zu MEINEN Gourmet-Favoriten, die weißen Blütchen sehen aber als Deko bezaubernd aus

Alle **Mohnblumen**, egal ob rot, orange oder gelb (nur die Blütenblätter)

Stiefmütterchen, Hornveilchen mit dem typischen Veilchengeschmack

Beinwell in Babyfarben rosa und blau

Borretsch in himmelblau

Vergissmeinnicht (große Blüten vom Wald-, Mini-Blüten vom Acker-Vergissmeinnicht)

Gänseblümchen, am besten schmecken die Knospen

Rosen

Wald-Sauerklee samt Blättchen, gehörnter Sauerklee in gelb!

Alle Kreuzblütler, scharf-senfige Note (**Senf, Raps, Schaumkraut, Radieschen, Ackersenf**)

Schnittlauch und **Bärlauch**, zwiebeliger Blütengeschmack

Alle **Klees** (*Trifolium*, rot, weiß, gelbe kleine, z.B. Hopfenklee)

Kornblumen

Nelken (manche sind aber bitter)

Kirsche und **Apfel**

Rote Lichtnelke

Pfingstrose, Rose

Phlox, (Nicht essen sollt Ihr Hortensien- und Petunienblüten!)

Alle **Glockenblumen** (*Campanula*)

Fleissiges Lieschen

Springkräuter



Likörrezepte

Jetzt schon gibt es in vielen Kräuterläden, Gartencentern oder bei Kräutermagie Keller in Datteln (auch im Online-Shop <http://www.gartenmagie-keller.de/>) die tollen Kräuter für Likör.

Habt einfach den Mut und kauft 10 Liter Wodka (ich kaufe immer zwei in je einem Discounter, fällt nicht so auf 😊) und dann kann es losgehen. Meine TN bekommen immer ein Schnäpschen nach der Tour und da ich ca. 3000 TN pro Jahr habe, habe ich ca. 80 Liter Likör selbst gemacht im Keller ... da lass ich aber keinen sonst rein 😊. Hier meine Lieblingsrezepte, bewährt und beliebt!

Likörrezepte

Uschis „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, 5 Blätter Wermut, 10 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 200 g 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

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.

Holunderblütenlikör

30 Blütendolden mit 25 g Zitronensäure für 24 Stunden in 1,5 Liter Wasser legen. Durch ein Sieb und einen Kaffeefilter filtrieren. Dazu 1,5 Liter Wodka und 500 g Zucker geben.

Das Rezept aus der Fernsehsendung Kräuter-Tomaten

Zutaten:

- 8 große Tomaten, den Deckel abschneiden und aushöhlen
- 2 Frühlingszwiebeln oder 10 Bärlauchblätter, klein gehackt
- 2 HV Grünzeug wie Sauerampferblätter, Schaumkraut, oder Kapuzinerkresse, Petersilie, 3 Blättchen Gundermann, Knoblauchrauke u.a., klein gehackt
- Oder auch Kräuter aus dem Gartenbeet: Salbei, Estragon, Thymian ..
- 2 Knoblauchzehen gequetscht
- 250 g Hüttenkäse
- Kräutersalz, Pfeffer, Paprika pulver

Zubereitung:

Tomaten aushöhlen, fein geschnittene Kräuter, Zwiebel, Knoblauch mit dem Hüttenkäse vermischen, würzen und in die Tomaten füllen. Mit Blüten garnieren.



Exotenkräuter mit Überraschungen

Anti-Aging

Haben Sie sich auch schon einmal über **Anti-Aging** Gedanken gemacht? Die Hunza aus Tibet lebten angeblich 120 gesunde Jahre, und die Hunza-Männer waren mit 100 noch zeugungsfähig. Und die Menschen in der chinesischen Provinz Guizhou werden fast alle 100. Und genau daher kommt die Rettung ... Dort wurde das „**Kraut der Unsterblichkeit**“ entdeckt:

Jiaogulan (*Gynastemma pentaphyllum*) hat ähnliche Wirkstoffe wie Ginseng: Es senkt und reguliert den Blutdruck und das ungute (LDL) Cholesterin. Es wirkt Krebs vorbeugend, Herz stärkend, vorbeugend gegen Schlaganfall und Herzinfarkt, stärkt das Immunsystem, wirkt Blut bildend und Stress abbauend. Das Kraut der Unsterblichkeit ist natürlich – wie könnte es anders sein – bis minus 30 Grad winterhart! Es kommt also immer wieder, aber erst Mitte April. Einfach täglich ein 3 Blättchen roh essen, den Rest für Tee trocknen. Ein Teilnehmer erzählte mir von seiner sehr kranken Mutter, die nicht mehr laufen konnte. Nach 2 Jahren tgl Genuss von 3 Blättchen war sie wieder topfit! Sie kann laufen und braucht schon lange keine Blutdruckmedikamente mehr!



Kräuter für Gehirn und Nerven

Zur Gedächtnisstärke schon bei den griechischen Philosophen dienten **Salbei, Melisse, Basilikum, Rosmarin** und **Wermut**. Heute nutzen wir dazu noch **Maca** (die Wurzel auch als Liebeskraut!!), **Gotu Kola** (DAS gibt den Elefanten ihr gutes Gedächtnis! Muss auf die Fensterbank, kommt aus Indien, gegen Schlafstörungen, empfohlen bei Nervenkrankheiten, Asthma, magenstärkend, durchblutungsfördernd) und **Brahmi, das „Kleine Fettkraut“** (etwas bitter, für die Fensterbank drinnen, kommt ebenfalls aus Indien, hat die gleiche Wirkung wie Ginkgo! Es ist angstlösend, hilft gegen Vergesslichkeit, wird empfohlen bei Rheuma). Von den beiden letzten einfach täglich ein paar Blättchen essen! Oder die Tinktur aus frischen **Ginkgo-Blättern**: Fördert die Durchblutung der Kapillaren, besonders im Gehirn, fördert die Merkfähigkeit und hilft bei Tinnitus. Der **Glückskleefarn** (*Marsilea minuta*) sieht nicht nur aus wie „Glücks-“ Klee, er schmeckt gut (einfach ein paar Blättchen essen, gehört auf die Fensterbank) und erhöht nachweislich die Serotoninmenge im Gehirn, macht gelassen und glücklich, löst Krämpfe und beruhigt.

Hier könnt Ihr die Exoten kennen lernen:

EXOTENKRÄUTERSEMINAR: SCHMECKEN, RIECHEN, ESSEN!

DATTELN // SA, 1.6., 10-12 Uhr EXOTISCHE Kräuter mit allen Sinnen! SEMINAR (noch 6 Plätze frei!)

Kräutermagie, Duft- und Liebeskräuter, Geschmackssensationen, mit Kräuterbutter-Snack im Kräuterparadies!! Riechen und kosten Sie heute ALLES!! (Nur hier gibt es über 500 !!!!! Kräutersorten in Bioland-Qualität)

Parakresse lässt es auf der Zunge wie Brausepulver prickeln, der nach Nuss schmeckende Kleefarn erhöht tatsächlich den Serotoninspiegel, 50 (!) verschiedene Minzen harren der Entdeckung (Omas Nostalgie-Minze, Erdbeer-, Basilikum-, Schoko- ...), die Minzpelargonie mit dem flauschigsten Blatt aller Zeiten duftet auch nach Eu.... und K..... Wermut stellt Euch sofort in die Schuhe und hier gibt es endlich auch **Mutterkraut: Das heilt als einziges Kraut der Welt verletzte Nerven!**

Und ist DAS Mittel gegen Migräne. Nur hier gibt es auch Engelwurz!! Und den Einjährigen Beifuß, der bei Brustkrebs empfohlen wird. Der spannendste Kräutergarten der Welt! Inclusive Kräuterbrot, Kräutertee und Likör. Kaffee und Kuchen gegen Spende, in der urigen Holzhütte *Treffpunkt*: Bioland-Hof von Kräutermagie Keller, Markfelder Str. 32, **pro Person 20 €**, nur mit **Voranmeldung** über uschi.stratmann@web.de

Bild: Angelica archangelica, Engelwurz, Grundlage des Schwedenbitter



Oder hier

EXOTENKRÄUTER MIT KRÄUTERBROTEN, LIKÖR, QUIZ!

EXOTENKRÄUTER bei meinen Seminaren in den Gartencentern Augsburg. Lassen Sie sich verwöhnen

Mit Butterbrot mit Basilikumbutter (köstlich!), zu Kräuterlikör und allerlei Geschmackssensationen.

Haben Sie schon mal Naschzipfel, Gotu Kola (stärkt das Gedächtnis, Elefanten fressen das), Wermut, Feigenminze, Johannissbeer-salbei, das "Kraut der Unsterblichkeit" oder 10 verschiedene Minzen probiert?? Am köstlichsten: Die Lakritz-Tagetes!!! Brauchen Sie Kräuter, die den IQ erhöhen, wahlweise gegen Basiliken 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,

DI, 18. Juni – Gartencenter **HAGEN** Tel 02334/ Im Eichhof 15

MI, 19. Juni – Gartencenter **UNNA** Tel. 02303 / 2589940, Massener Str. 145

DI, 25. Juni – Gartencenter **ISERLOHN**, Tel: 02371/97470, Akeleiweg 2

MI, 26. Juni – Gartencent. **SCHWERTE** Tel. 02304 / 941110, Hörder Str. 119

DO, 27. Juni – Gartencent. **KREFELD** Tel. 02151 / 931970, Am Herberzhof 9

Weitere Termine:



Rescue-Tropfen aus Storchschnabel

KRÄUTERTOUREN

Zu all **diesen** Touren kann man einfach hinkommen, ohne Voranmeldung. Pro Person 20 Euro, incl. dickem Skript, Kräuterlikörchen und Sammeltüten.

Liebe Hundebesitzer, viele meiner Teilnehmer fühlten sich bisher durch mitgehende Hunde sehr abgelenkt: Bitte kommt für die 2 Stunden Tour ohne Eure Hunde. VIELEN DANK!!

26.5., SO, 10-12 Uhr, **BOCHUM**, Gräfin-Imma-Str. 212, vor Dorfkirche

30.5., DO, 15-17 Uhr **BOCHUM**, Wasserstr. 346, Parkplatz, Wiesentalpark

KRÄUTERTOUR AM GASOMETER ...

OBERHAUSEN// DO, 30.5., 10-12 Uhr: Industriebotanik einfach romantisch!
KRÄUTERTOUR

Mit Blick auf Gasometer, an Kanälen, Brücken ... wirken die Kräuter einfach noch besser! Fotomotive, pinke Blüten, Knöterichflöten für alle, leckere Salatkräuter und etwas gegen Gicht! Brennesselsamen zum Sammeln: Geben den Männerlenden die Kraft eines Donnergottes (so ähnlich meinte es jedenfalls der griechische Dichter Ovid vor 2000 Jahren). Für Frauen: Brennesseln liefern von allen Kräutern die größte Menge an Calcium, Eisen und Vitamin C! Einfach hinkommen, ohne Anmeldung, **20 Euro**, incl. Skript, Sammeltüten und Likör. *Treffpunkt*: Oberhausen, vor dem Gasometer, Arenastr. 11

JUNI 2019

TINKTURENTAG

BOCHUM // 2.6., SO, / 10-16 Uhr **TINKTURENTAG: WIR MACHEN UNSERE HAUSAPOTHEKE SELBST!**

Wir machen für jeden zum mitnehmen **Ur-Tinkturen, als Mundspülung bei Zahnfleischproblemen oder Halsschmerzen, als Einreibung gegen Muskel- und Nervenschmerzen, zur Anregung von Leber, Galle und Entgiftung, zum "in die Schuhe stellen", gegen Migräne und Fußpilz, zur Warzenbehandlung, gegen Ekzeme**, gegen Husten und vieles mehr. Wir gastieren in Haus Oveney, dort gibt es Theorie, dann 2 Exkursionen, und wenn wir zurück sind, setzen wir vor Ort Tinkturen an. Viele Kräuter bringe ich zudem aus meinem Garten mit. **Dazu bitte folgendes mitbringen**: 2 Flaschen Wodka, mindestens 20 kleine Schraubdeckelgläschen (Marmeladengläser, leere, ideal 50-100 ml), ein Messer, ein Brettchen, Sammeltütchen und Schreibzeug. Mittags können wir in Haus Oveney Mittagessen. (Eine Urtinktur kostet im Internet pro 20 ml im Moment ca. 27 Euro, Fa. Ceres ... Nur so zum Vergleich, hier könnt Ihr literweise ansetzen für die ganze Familie). **80 Euro pro Person** incl. Skript. *Treffpunkt*: Parkplatz Oveneystr. (Sackgasse, Minigolfhütte), Anmeldung über uschi.stratmann@web.de

BUNTER KRÄUTERTAG: Heilsalbe aus frischen Kräutern, Tinkturen, Vortrag, Exkursion, Geschichten

BOCHUM // 16.6., SO, / 10-16 Uhr **VON ALLEM ETWAS ...**

Bei einer Exkursion am Kemnader See sammeln wir Kräuter und kochen daraus (zusammen mit Kräutern aus dem Garten) eine frische 10-Kräuter-Wundheilsalbe für jden zum mitnehmen, außerdem sammeln wir Kräuter für mindestens 2 Tinkturen für jeden. Es gibt Geschichten über den geheimnisvollen "Gundermann" (wieso nicht "frau" und wieso ist er eine "Person"?!), einen Vortrag und Quiz (wir raten Blüten und Duftkräuter und Likörchen :-)) und ein Märchen.. Bitte mitbringen: 1 Brettchen, 1 Messer, etwa 5 kleine (ca 50 - 100 ml) helle Schraubdeckelgläschen und 1 Flasche Wodka. **80 Euro pro Person** incl. Skripten und Heilsalbe. *Treffpunkt:* Parkplatz Oveney (Sackgasse, Minigolfhütte), Anmeldung über uschi.stratmann@web.de

Vorschau auf ein besonderes Highlight mit Alleinstellungsmerkmal!! (War in 2019 zwei Mal ausgebucht, jetzt schon vormerken!)

MÄRZ 2020

KNOSPENAPOTHEKE SELBST GEMACHT!

BOCHUM // Sonntag, 15.3.2019, 10-17 Uhr: **EINMALIGES SEMINAR!! WIR MACHEN UNSERE KNOSPENAPOTHEKE SELBST! ERSTMALS ein Kurs zur GEMMOTHERAPIE. Wir tun es!!**

Wir bereiten 8-10 verschiedene Heilmittel aus Baumknospen zu und setzen zusätzlich das wertvolle Pappelknospenöl (Propolis-Vorstufe!) an. Für jeden zum mitnehmen!! Ich bringe Material mit für alle (dunkle Gläschen, Ansatzmittel aus Glycerin, Weingeist, Öl, im Preis enthalten). Mit Exkursionen zum erkennen der Knospen, Vorträgen, Knospen sammeln und zubereiten. Es gibt eine komplette Apotheke zum mitnehmen für jeden: gegen Osteoporose, Cortison-ähnliche Mittel, Stärkung des Immunsystems, was gegen Husten und Asthma, zur Beruhigung der Nerven, entzündungshemmendes Öl, Mittel zur Ausleitung, empfohlen bei Gicht, Rheuma und unreiner Haut. Bitte bringt jeder ein Brettchen und ein scharfes Messer mit. **Pro Person 130 Euro.** Anmeldung an uschi.stratmann@web.de . Bezahlung bar vor Ort.

Treffpunkt. Bochum , Oveneystr. Parkplatz, Minigolfhütte. Zur Knospenmedizin siehe zum Beispiel hier ein Film mit mir: <https://www.youtube.com/watch?v=Giz9LdejQy8>

News immer hier: <https://www.facebook.com/kraeutergurus/>

Herzliche Grüße
Eure Kräutergurus
Ursula Stratmann und Yasmin Kuhr

www.kraeutertour-de-ruhr.de
www.kraeuterguru.de

Und jetzt raus zum sammeln!!
Optimal zum ansetzen von Tinkturen ist jetzt z.B.
Weißdorn und Gundermann!!

Urtinkturen

Vorteile der Urtinkturen gegenüber den Tinkturen: Sie transportieren auch das „Wesen“ der Pflanze, wirken also wie ein homöopathisches Arzneimittel AUCH auf die Psyche! Zweifacher Effekt:
Pharmazeutische Wirkung der Pflanzenwirkstoffe, psychische Wirkung des Pflanzenwesens!

Urtinktur: Frische Pflanzenteile werden angesetzt, 3-10. Tr. Tinktur reichen!

Tinktur: Getrocknete Pflanzenteile werden angesetzt 10-30 Tr. nötig.

Herstellung:

100 g **frische** Pflanze sehr klein schneiden, mörsern, mit 500 ml Wodka übergießen (bis oben hin. Es darf nichts oben rausschauen), 3 Wochen in die Sonne stellen und täglich mehrmals schütteln, danach durch ein Sieb und einen Kaffeefilter gießen und in kleinen dunklen Tropffläschchen aufbewahren. 2 Jahre Jahr haltbar.

Dosierung meist 3 x10 Tr. tgl. oder einmalig 10 Tr.

Bei Wermut reicht oft 1 Tr.

Beispiele zum Ansetzen im Mai

Weißdorn (Knospen, Blüten, wenige Blätter)	Herzstärkung, Vorbeugung gegen Arteriosklerose
Ruprechtskraut = Stinkender Storchschnabel (ganzes blühendes Kraut)	Rescue-Tropfen, bei Melancholie, Schock, entzieht Körper- und Seelengifte, Lymphreinigung, Vorbeugung gegen Borreliose direkt nach Zeckenbiss und zur weiteren Borreliose-Behandlung
Wegerich (Blätter)	Gegen Juckreiz auf Insektenstiche, in Hustentee, zur Behandlung von oberflächlichen Hautveränderungen
Salbei (Blätter)	Desinfiziens für Rachen und Zahnfleisch, in Hustentee
Angelika (Stängel der großen Blätter oder Wurzel)	Verdauung anregend, Immunsystem anregend, wenn man das Gefühl hat, „neben sich zu stehen“ integriert es die Seele wieder in den Körper
Wermut (Kraut)	Verdauung, Leber, Galle anregend, gegen Depression, macht wach, gegen Depressionen und Neben sich stehen. Mit wenigen Tropfen

	Wermuttinktur „steht man morgens in den Schuhen“.
Ackerschachtelhalm (ganzes Kraut)	Bindegewebsstärkung, gegen Blasenentzündung, äußerlich gegen Hautpilz und schlecht heilende Wunden, seelisch: fördert klare Denkstrukturen
Zitronenmelisse	Beruhigt, fördert den Schlaf, bessert die Laune, pur ein Tropfen auf Herpes
Thymian	DAS Hustenkraut, tropfenweise auf Zucker oder in den Hustentee gegen Husten und Bronchitis

Übrigens ... mehr Rezepte in meinem 4. Buch:

:

