

Botanikbrief 6/2018

Liebe Botanikfreunde,

Rundbriefe:

Ab sofort gibt es wochenaktuelle Kräuter-Infos auf www.kraeuterguru.de

Ab sofort gibt es hauptsächlich Termine auf www.kraeutertour-de-ruhr.de

Info zum Rundbrief:

Ab sofort gibt es frische Kunde über aktuelle Kräuter und deren Verwendung mit **Artikeln und Filmen von mir und mit mir** auf www.kraeuterguru.de, geordnet nach **Monaten und Themen**, auch kann man dort **Kräuter suchen** ... (dazu rechts oben in der Leiste den Kreis anklicken, Suchbegriff eingeben, enter). Die Texte und Fotos sind alle von uns zwei Kräutergurus, also NICHT zum xten mal abgeschrieben von irgendwo wie auf so vielen Kräuterseiten. Ich bin **ständig unterwegs auf der Suche nach neuen sensationellen Geschichten mit neuen sensationellen Filmchen** 😊 ... Dort sind die Infos IMMER abrufbereit und verschwinden nicht wie bei den Rundbriefen 😊. **Daher werden die Rundbriefe kürzer.**

Testet mal die Info über **Staudenknöterich: 5 Filmchen** zu je 1 Minute inclusive Kochanleitung für Ruhr-Rhabarberkompott:

<http://kraeuterguru.de/japanischer-staudenknoeterich-spezial/>

Und die Filme aus dem **Bärlauchwald: Bärlauch zum gebären und für Bären**, Begleitpflanzen, giftige Doppelgänger und Schatzsucher!

<http://kraeuterguru.de/baerlauch-spezial/>

Der Rundbrief hat noch Termine und nur noch „Brand-Aktuelles“.

Aktuell ernten:



Weißdorn



Kastanienblüten, rote oder weiße ernten

Weißdornknospen, -blüten und wenige kleine Blättchen zum Ansetzen einer Weißdorntinktur: stärkt das Herz, den Herzmuskel, steigert die Herzdurchblutung und Sauerstoffversorgung des Herzmuskels und senkt leicht den Blutdruck

Kastanienblüten: weiße und rote für den Hustentee, in kleiner Menge auch einzelne Blätter dazu, trocknen und als Tee für den Herbst aufbewahren (**nicht für Euch! Wenn Ihr kräftig Kräutersalat esst, bekommt Ihr nie Husten! Nein, für die Nachbarn ...:-)**)

Gundermanntinktur ansetzen aus den jetzt blühenden Pflanzen: Gibt dem chronisch Kranken die Zuversicht, sich selbst heilen zu können (Originalton Ceres Urtinkturen), entgiftet von Schwermetallen, Hustentee (weiter Stories dazu in „Mein Stadtkräuterbuch“ von mir)

Blüten essen: Taubnesseln aller Art, Vergissmeinnicht, schon die ersten Lichtnelken.

Bärlauchtinktur ansetzen: Entgiftet von Schermetallen, senkt den Blutdruck, bringt den Darm in Ordnung

Kräuter essen superzart: Rainkohl, Taubnessel, Vogelmiere, Giersch, Süßdolde (nur bei Kräutermagie Keller ☺), Spitzwegerich, Stängel der Löwenzahnblüten ...

Für die Nachbarn ☺ schon erste **Huflattich**blätter für Hustentee sammeln

Lungenkraut trocknen gegen Reiz- und Raucherhusten als kalt angesetzten Tee

Weiteres zum jeweiligen Monat in „**Kräutertour de Ruhr**“. Dort gibt es neben den monatsaktuellen Touren je ein Kapitel zu jedem Monat, was man genau jetzt sammeln kann, mit Bildern.



Besser als Aktien oder Gold kaufen: Brennesselsamen einlagern!!

Samen vergoldet ...

Neulich brachte mir ein Teilnehmer einen Prospekt von einem Allgäuer Kräuterhaus mit. (www.landkaufhausmayer.de) Darin gab es auch Brennesselsamen, in ein hübsches Döschen verpackt, 50 ml für 18 Euro. Uiuuih! Ich habe dann ausgerechnet, dass 1 Liter 360 Euro kosten würden. Die waren aber nicht vergoldet oder so!

Wir haben bei dem Seminar eine leckere Brennesselsamenpfanne gemacht, mit Tomaten, Zwiebeln, Balsamico, die aussah wie Kaviar, aber viel besser schmeckte. Nach obigem Preis berechnet hatte ich also für das Seminar ein Glas von mir gesammelter Brennesselsamen mit 500 ml Inhalt im Wert von 180 Euro für den Kurs spendiert!!!

Nun hatte ein Teilnehmer schon die Dollarzeichen in den Augen: Wir sammeln und verkaufen Brennesselsamen! Und fliegen dann zum honeymoon auf die Malediven ... Aber Pustekuchen! Im Internet kosten 1 kg Brennesselsamen nur schlappe 20 bis 60 Euro, also nix mit den Malediven ... Das Beste ist allerdings doch, sie selbst zu sammeln. Dann weiß man, sie sind bio und man hat schon die Vorfreude auf leckere Brennesselsamenpfannen oder wundervolle Liebesnächte, dazu beim Sammeln die frische Luft, das Vogelgezwitscher ...

Ich habe ja schon oft und viel darüber geschrieben, deshalb hier nur ganz kurz:

Der Traumpartner ...

Ich verspeise immer einige schon spontan am Straßenrand. Möglicherweise, wenn Sie dies an einem beliebten Spazierweg tun, spricht Sie schon der nächstbeste Passant oder die nächstbeste Passantin an: „Was machen Sie denn da? Für die Karnickel?“ Na, wenn die wüssten ... und vielleicht lernen Sie (bei einem Fachgespräch) genau hier den Partner Ihres Lebens kennen!

Gesünder und schöner ... geht kaum!

Die grünen Samenkörnchen sehen im Glas apart aus (viel besser, grüner und natürlicher als die Pillen oder weißen Pülverchen der „Nahrungsergänzungsmittel“) und beeindrucken sicher alle Ihre gesundheitsbewussten Freunde. Ich glaube, die wenigsten haben so eine nussig schmeckende, chlorophyllreiche Magnesium-, Calcium-, Eisen- und Vitaminbombe in roh-veganer Bio-Qualität im Schrank! Immerhin enthalten 100 g Samen mindestens 600 mg Calcium, 300 mg Vitamin C und bis zu 10 mg Eisen!

Sollten Sie nur männliche Blüten finden oder sich nicht sicher sein, welche Sie da vor sich haben: Kein Problem: alle essbar, alle gesund. Die männlichen bilden keine Samen, sondern sind kleiner und haben nur „luftig“ aussehende rosa Staubfäden statt grüne oder braune Körnchen.

Aber nicht nur die Samen sehen schön aus, sondern auch SIE! Nachdem Sie einige Zeit regelmäßig die Samen verspeist haben, werden Sie bemerken, dass Ihre Haare mehr glänzen, dass die Haare dichter und gesünder geworden sind! Alte Bauernregel: „Willst du eine alte müde, kranke Mähre auf dem Markt verkaufen, gib ihr einige Wochen lang Brennesselsamen ins Futter. Dann wird sie trotz ihres Alters mit einem feurigen Temperament und einem glänzenden Fell gute Preise auf dem Markt erzielen und um Jahre jünger wirken.“ Nun, genau das können Sie auch haben!

ER und SIE ...

Früher dachte man, die Taubnessel sei die Frau der Brennessel:

Die Brennessel: scharf, stechend, eisenhaltig, dem Donnergott geweiht!

Die Taubnessel: zart, sanft, mit weißen Blüten, die reine Unschuld

Nun, botanisch gesehen haben sie nichts gemein, die Brennessel gehört zu den *Urticaceen*, den „Brennenden“, die Taubnessel zu den Lippenblütern ... also bei Lippen... da denkt man ja wirklich eher an eine Frau. ☺



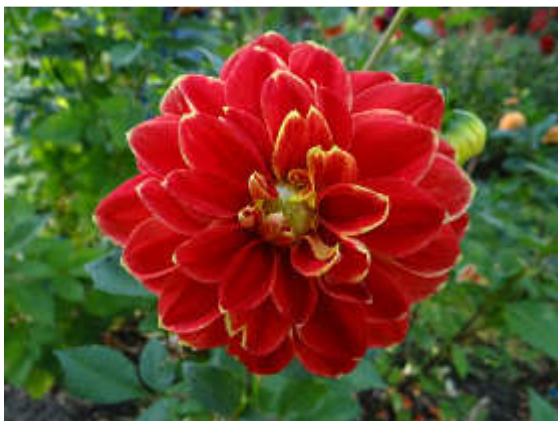
3.3.

Auf Facebook sind wir jetzt unter folgender Adresse zu finden:

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

Herzliche Grüße, Eure Ursula

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



Schon mal Dahlienlüten probiert? Lecker!

MAI 2018

Exklusivkurse in meinem Garten!

SPROCKHÖVEL // SA, 19.5. 15-17.30 Uhr 25 Euro

Wildkräuter und Exoten mit Rallye in gemütlicher Runde!

Die Wildkräuterecke: Habt Ihr schon Ziest und gelbes Labkraut, Baldrian und Rainkohl sicher erkannt? Findet mal Unsterblichkeitskräuter, Oliven-, Grappa-, Curry-, und Kampferkraut und die 2 die nach Fenchel schmecken! Und klärt, welche der vielen Blüten essbar sind! Hier kann man richtig viele Kräuter kennen lernen, ich habe über 180 im Garten. Rallye, Quiz, Vortrag bei Kaffee, Tee und Keksen.

25 Euro, Anmeldung: 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)

**SPROCKHÖVEL // DI, MI und DO, 22.5., 23.5. und 24.5.,
je 18-21 Uhr , je Abend 40 Euro (incl. Salben und Deos)**

SALBE KOCHEN, Deo RÜHREN

3 Abende in meinem Garten und in meiner Küche: GARTENKRÄUTER, HAUTKRÄUTER

Drei verschiedene (!) Abende : zunächst kleine Gartenbegehung, jeden Abend anders! Ich habe über 100 Kräuter im Garten.
Hauptthema: Hautkräuter, Salbe kochen:

DI: 22.5.: Theorie: Heiler Johanniskraut! Was tut die Haut? Was braucht die Haut? **Wir machen 3 Deos**, für jeden zum mitnehmen, u. a. mit Bio-Hamameliswasser!

MI: 23.5.: Wegerich und andere Hautkräuter, Pflanzliche Antibiotika für die Haut, **wir kochen 2 Salben**, u.a. Erkältungsbalsam mit ätherischen Ölen und die super-wirksame Harzsalbe! Meine TN und ich schwören drauf!! Wir besprechen weitere Hautkräuter und Theorie von selbst gemachten Kosmetika

DO: 24.5. Weitere Hautkräuter: Was tun bei Warzen, Neurodermitis, Fußpilz, Entzündungen? **Wir kochen Pappelknospensalbe (Propolis!) und "Fluffi-Creme"** für super-trockene Haut, 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 Kräuterapotheke 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)

Kurse in der Wildnis:

BOCHUM // MI, 16.5., 18-21 Uhr

Anti-Aging-Wildkräuter-Delikatessensalat - selbst gesammelt (nächster Termin am 20.6.)

Die Kräuterfluten am Kemnader Stausee sind legendär und haben deshalb schon im Buch "Kräutertour de Ruhr" 4 Kapitel für sich bekommen! Und sie reichen für die ganze Stadt! Wir sammeln zusammen schmackhaftes Zeug, dazu gibt es Kräutergeschichten, Vitamintabellen und Blick auf Schwäne und Romantik ... und danach machen wir uns IM Lokal daraus ein **festliches Mahl! Mit Salat, Kräuterbutterbrot und Kräuterlikör**. Jipphie!! Ca 2 Stunden Exkursion, und eine Stunde im Lokal genießen. Mit Büchertisch, Kräuterquiz und Hausapotheke zum Schnuppern.

Treffpunkt: Parkplatz Oveney (Sackgasse, Minigolfhütte), 35 € pro

Person (Bezahlung bar vor Ort) incl. Salat Kräuterbutter, Kräuterlikör und Brot, Anmeldung über [Kontakt](#) oder uschi.stratmann@web.de

UNNA // 19.5. SA // 10-12 Uhr,

Kräutertour durch das schöne Bornekamptal

mit küssenden Bäumen, romantischen Bächen und einer Kräuterfülle, schön! 20 Euro, ohne Anmeldung, einfach hinkommen

Treffpunkt: Bornekampstr. 17, Unterführung

ESSEN//20.5. SO// 10-12 Uhr

Kräutertour: Kräuterfülle hoch 3 und Knöterichflöten!

Einfach hinkommen, ohne Anmeldung

An der Ruhr in Kettwig ist eine solche Kräuterfülle wie sonst kaum irgendwo: der Wolfstrapp, der gegen Fieber hilft, der Sumpf-Ziest, dessen Knöllchen eine Delikatesse sind! Wir schneiden für jeden Knöterichflöten und sammeln vitaminreiche Kräuter! Pro Person 20 Euro, incl Skript und Likörchen..

Treffpunkt: Essen-Kettwig, Am Mühlengrabe 4, vor der Eisdielen

WETTER//20.5. SO// 15-17 Uhr

Kräutertour mit Schwäneblick

Einfach hinkommen, ohne Anmeldung

An der Ruhr in Wetter sammeln wir Salatkräuter und DAS Entgiftungsschätzchen überhaupt, essbare Blüten und allerlei Heilkräuter vom Ufer. Hier gibt es "Kräuterwaschmittel" und ein Liebeskraut. Pro Person 20 Euro.

Treffpunkt: Wetter. Gustav-Vorsteher-Str. 23, Parkplatz

Es sind noch Plätze beim Tinkurentag frei: am 30.6. noch 7 Plätze, am 26.5. noch 2 Plätze, am 16.6. noch 2 Plätze)

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

Bücher von Ursula Stratmann



Ich freu mich auf Euch und Sie!

Herzliche ganz naturbelassene Kräutergrüße,

Eure/Ihre Ursula