

Botanikbrief August 2021

Liebe Botanikfreunde,

Noch mal Erfahrungen mit Mutterkraut ...

Liebe Uschi, Ich möchte dir noch mitteilen, dass du mir vor einigen Jahren gesagt hast, dass Mutterkraut Nervenbahnen wieder zusammenbringen kann. Ich bestellte 500 g Mutterkraut, getrocknet für Tee in der Apotheke für meine Tochter, die Diabetes Typ 1 hat. Sie mochte ihn nicht und gab ihn mir zurück. Meine Augenärztin diagnostizierte grauen und grünen Star, massiv erhöhten Augendruck (ich war da in den 6 Jahren Scheidungsprozess) und machte mir Angst, dass die Sehnerven geschädigt werden. Ich trank regelmäßig über 1 Jahr den Mutterkrauttee und nun konnte die Erkrankung aufgehalten werden und yippee, **meine Sehnerven sind noch gesund**. So ein Segen.

Also- vielen Dank für sooo viel, was du für mich getan hast.

Ich hoffe, bis bald,

herzliche Grüße,

Petra

Aktuell könnt Ihr im August sammeln:

- **Maronen**
- **Haselnüsse** (wenn die Eichhörnchen welche übrig lassen)
- **Baumhaseln** (*Corylus colurna*, in vielen Städten gepflanzt, z.B. in Witten, wo die Dortmunder Str. am Netto in die Goethestr. übergeht, in Witten vor der Stadtbücherei, in Bochum-Wattenscheid am Holzweg eine ganze Allee. Die Nüsse sind köstlich zart, erinnern an Sonnenblumenkerne im Geschmack)
- **Brennnesselsamen**: Braungrüne bis braune runterhängende Kätzchen pflücken, auf Küchenpapier eine Woche ausgebreitet trocknen, dann die Samen abstreifen und in einem Glas aufbewahren. Die Kraftnahrung für alle: eisenhaltig, calciumhaltig, verbessert die Blutversorgung in allen Organen und ist deshalb als auch Kraut, „welches den Männerlenden

die Kraft eines Donnergottes verleiht (Storl) “, schon im Altertum benutzt worden. Aber auch bei den Frauen fördert es die Durchblutung aller Organe, bis hin zu den kleinen Zehen. So eine scharfe brennende **Brennessel** regt eben alles an! Sie können die Samen einfach über Müsli oder in Suppen streuen. Wer täglich einen Teelöffel nimmt, kann sich über Müdigkeit oder Lustlosigkeit nicht mehr beklagen.

- **Nachtkerzensamen:** Ich schüttele die langen Stiele mit den nach oben offenen Samenkapseln einfach in einem gelben Sack aus. In den kleinen braunen Samen ist das wertvolle Omega-6-Öl „Gamma-Linolensäure“, welches der Körper nicht selbst bilden kann, welches den Blutdruck senkt, bei Hautproblemen und Neurodermitis hilft und allgemein Entzündungen hemmt. Man kann die Samen essen oder noch besser mit in die Smoothies mischen oder aber gemörsert auf Neurodermitis-Stellen geben (unter einem Verband). Die Samen sind so klein, dass mir jetzt völlig klar ist, warum ich für meine Antifaltencremes mit **Nachtkerzenöl** immer so viel Geld bezahlen muss.
- **Kornelkirschen** ernten und zu Saft und Marmelade verkochen

Noch mal Impressionen aus Süd-England vor 4 Jahren:



Und wer ist sie? Die „invasive plant“? Gefährliche Zeitbombe ... uuuuuh!!



Die Engländer wissen noch nicht ...

dass von unserem Oberschätzchen (*Impatiens glandulifera*, drüsiges Springkraut) die **Samen schmecken**, dass die **Blüten gegen Fußpilz** helfen (aufgelegt und als Tinktur), dass die Blätter, als „Balsam“ gequetscht, wundheilend sind (gehört schließlich zu den Balsaminengewächsen), dass ein Engländer (!!!!!!!!!!!), nämlich Dr. Bach aus dieser Pflanze die **Bachblüte Impatiens** gemacht hat und dass die Pflanze auch „Orchidee des kleinen Mannes“ heißt und ... dass sie **10 mal mehr** Nektar hat als alle anderen einheimischen Pflanzen.

In England las ich einem Zeitungsartikel, dass auch hier ca. 80 % der Insekten verschwunden sind innerhalb der letzten ca 20 Jahre, (an Masse), eben auch durch Pestizide ... und nun kommt unser Schätzchen: Zur Rettung der Bienen .. und wird mit Pestiziden bekämpft ... hmmm.

Neues über ein altbekanntes Kraut: Knoblauchrauke

Infos aus „Britains Wild Flowers, National Trust, 2017“

Natürlich wissen wir alle schon, dass wie sie wie Bärlauch benutzen können, wenn wir weinen müssen, weil die Bärlauchzeit vorbei ist. Wir wissen auch schon, dass die Blätter gequetscht auf Insektenstichen das Jucken verhindern, aber die Engländer wissen noch mehr:

Getrocknet, pulverisiert und geschnupft: Wirkt gegen Hysterie (kann ich mir vorstellen, ist wahrscheinlich ein Schock 😊)

In Wein gekocht (1:5): „Gute Medizin gegen Steine, Koliken und Wind, wenn warm getrunken.“



Als Sirup gegen Asthma: Erwartet aber mit Knoblauchrauke in süß keinen Gourmetgeschmack 😊 ...

Siruprezept

In ca. 500 ml Wasser 400 g Zucker auflösen, aufkochen, die aufgekochte Flüssigkeit über eine Handvoll klein zerschnittener Kräuter geben und 24 Stunden ziehen lassen, abseihen, noch mal kurz aufkochen und in Flaschen füllen. So kann man grundsätzlich mit jedem Kraut einen Sirup machen, z.B. mit Spitzwegerich gegen Husten, mit Salbei /Thymian gegen Halsschmerzen, mit Waldmeister für den guten Geschmack ...

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!

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, Birnen-Minze, Kaugummi-Pflanze und panaschierter Jamaica-Thymian**, herrlich!

TERMINE KRÄUTERTOUREN

TERMINE TOUREN

Bitte meldet euch an über uschi.stratmann@web.de. Ich habe ein Mikrofon dabei, wir halten Abstand! Bitte **ohne Hunde** kommen. **20 € pro Person, Kinder unter 10 gratis**

Alle **Gutscheine** gelten auch noch die nächsten Jahre! Ich bin immer noch in 20 Städten unterwegs

ESSEN-KETTWIG, Am Mühlengraben 4, **EINFACH HINKOMMEMN!**

Sonntag, 15. August, 15-17 (Kräutervielfalt an der Ruhr, Gift-Holunder, Knöterichflöten)

DATTELN, bei Kräutermagie Keller, Markfelder Str. 32, **Noch 5 Plätze frei!**

Samstag, 21. August, 10-12 Uhr, **Seminar** in einem Kräuterparadies mit über 550 Bio-Kräutern (Unsterblichkeit, IQ erhöhen, 10 Minzen riechen, Prickelkraut und Colakraut, Kräuterbutter und Likör kosten, Kaffee und Kuchen), bitte anmelden!!

SELM-CAPPENBERG, vor EINGANG SCHLOSS CAPPENBERG, Schlossberg

Samstag, 21. August, 15-17 Uhr (**Highlight** mit Schlossteich, uralten Baumriesen mit Gesichtern, der heiligen Linde (!!)) und dem Kraftplatz am Wasserheiligtum, wie in Stonehenge! Kräuterflut im Schlosshof und auf den Wiesen!)



Romantik am Cappenberger Schloss, eine Wanderung wert!



Eine Eiche mit Namen Nase



Und der heilige Platz, wie Stonehenge So sieht es in Cappenberg aus, kommt doch mit!

DUISBURG, Emscherstr. 71, vor dem Besucherzentrum des Landschaftspark Nord: (Industriekulisse mit Blüten in allen Farben, wildem Rukola und Nachtkerzen, Hopfen und Seifenkraut ...)

Sonntag, 22. August, 10-12 Uhr

OBERHAUSEN, Arenastr. 11, vor Gasometer

Sonntag, 22. August, 15-17 Uhr (Oregano und Minze, Nachtkerzen und Eisenkraut, Stechapfel und Flöten, Heilkräuter zwischen Kanälen und Gasometer, mehr Arten als man zeigen kann! Urig!)

Letzte Tour vor der Septemberpause!

EXOTENKRÄUTER-SEMINARE

Da die Gartencenter normal geöffnet haben, finden unsere Seminare statt, an Einzeltischen, mit 2 m Abstand, jeder bekommt einzeln Kräuter an seinen Tisch, so wie letztes Jahr. BITTE MELDET EUCH AN!

IN UNNA, SCHWERTE, ISERLOHN, KREFELD, HAGEN, BOCHUM

in den Gartencentern Augsburg. Lassen Sie sich verwöhnen! Mit Butterbrot mit Basilikumbutter (köstlich!), zu Kräuterlikör und allerlei Geschmackssensationen.

Lernen Sie eine Kräutervielfalt kennen, von der Sie schon immer geträumt haben: Kräuter gegen **Sonnenbrand und Husten, für schöne Haut und für die Liebe! Aloe vera gegen Falten, Jiaogulan für das ewige Leben, Prickelkraut zum Spaß haben und Lakritz-Tagetes zum Naschen** und für den selbst gemachten unübertroffen leckeren Kräuter-Ouzo! Probieren Sie vietnamesischen Koriander und aztekisches Süßkraut und raten Sie unsere 10 verschiedenen Minzen. Brauchen Sie Kräuter, die den **IQ erhöhen**? Die gegen Basilisken oder böse Geister helfen, die Sie in die Schuhe stellen oder maximal das **Immunsystem** auf Vordermann bringen? Kein Problem, alles da! Lernen Sie, wie Sie selbst die **Kräuter der Provence** mischen können, wie Sie Kräuterbutter machen können und welche Vielzahl an Blüten Sie als Deko verwenden dürfen.

Jeweils 17.30-19.30 Uhr, Bitte melden Sie sich persönlich oder telefonisch dort an. 20 Euro pro Person.

- Gartencenter UNNA Tel. 02303 / 2589940, Massener Str. 145
- Gartencent. SCHWERTE Tel. 02304 / 941110, Hörder Str. 119,
- Gartencenter ISERLOHN, Tel: 02371/97470, Akeleiweg 2,
- Gartencent. KREFELD Tel. 02151 / 931970, Am Herberthof 9,
- Gartencenter BOCHUM Tel. 0234 / 9020070, Am Ruhrpark 7,
- Gartencenter HAGEN, Tel., 02334/980510, Im Eichhof 15

TERMINE 2021, je 17.30 Uhr bis 19.30 Uhr:

Gartencenter Augsburg in Schwerte: Dienstag, 24. August 2021 - Tel.: 02304/941110

Gartencenter Augsburg in Krefeld: Mittwoch, 25. August 2021 - Tel.: 02151/931970

Gartencenter Augsburg in Hagen: Dienstag, 26. August 2021 und 26.8.- Tel.:
02334/98050

Gartencenter Augsburg in Iserlohn: Mittwoch, 19. August 2021 - Tel.: 02371/97470

Gartencenter Augsburg in Bochum: Mittwoch, 18. August 2021 - Tel.: 0234/9020070...



Für ganz Lernwillige hier das Beste!

EXOTENKRÄUTER-SEMINAR im Bioland-Kräuterparadies!

Mit 550 Kräutersorten! Bei Kräutermagie Keller

Datteln, Markfelder Str. 32, Samstag, 21.8.2021, 10-12

Uhr. 20 Euro, bitte anmelden: uschi.stratmann@web.de

Von den Bildungsurlauben ziehe ich mich zurück, ich habe sie komplett an Claudia Beackenecker von Phytaro abgegeben, die ebenfalls wunderbar mit den Teilnehmern kocht und einfach alles weiß! 😊

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

www.kraeutertour-de-ruhr.de

Alles Liebe, bis bald,

herzliche, ganz naturbelassene Kräutergrüße 😊

Eure Ursula

P.S. Ihr dürft diesen Brief an alle Interessenten weiterschicken!