WZ 19.06.2024

Für Küche, Kranke, Kleidung und Kriege

Kräuterspaziergang des Nabu Friedberg durch Ossenheimer Gemarkung

Friedberg-Ossenheim (pm). Knapp 20 Interessierte sind der Einladung des Nabu Friedberg zum Kräuterspaziergang in Ossenheim gefolgt. Nach der Begrüßung durch Vorstandssprecherin Ruth Müller wanderte die Gruppe unter der Leitung der Botanikerin Dr. Beate Alberternst am Trafo-Turm und einer imposanten Flatter-Ulme vorbei in die Aue der Wetter. Dort wuchsen am Wegesrand zahlreiche Pflanzen, von denen viele essbar sind, Heilwirkung haben oder auch als Mittel zum Vertreiben unliebsamer Insekten an Pflanzen im eigenen Garten verwendet werden können.

Die Exkursion hat viel Wissenswertes zu Pflanzen und deren Verwendung zu bieten.

Gleich zu Beginn der Route war das Wiesen-Labkraut mit seinen vielen kleinen weißen Blüten zu finden. Die Pflanze enthält Labenzyme, die anstelle des Labs aus Kälbermägen zur Herstellung von Käse verwendet werden können. Die jungen Sprossen und Blätter dieser Pflanze sind laut Nabu sowohl roh, als auch gekocht essbar und können zum Beispiel zu einem Kräuterpesto verarbeitet werden.

Rainfarn-Brühe gegen Blattläuse

Auch die neben dem Labkraut wachsende Acker-Kratzdistel, die im Gemüsegarten oder auf dem Acker häufig nicht gerngesehen ist, ist essbar. Junge Distelsprossen können wie Spargel geschält und gekocht verzehrt werden. Selbst Distelblätter lassen sich kulinarisch verwerten – allerdings erst nachdem die Stacheln entfernt wurden, was die Zubereitung etwas mühsam macht.

Am Wegesrand traf die Gruppe auf den Rainfarn, der giftig ist, aber früher in der Volksmedizin als Mittel gegen Eingeweidewürmer eingesetzt wurde. Aus seinen intensiv gelb gefärbten Blüten lässt sich eine gelbe Pflanzenfarbe herstellen. Rainfarn-Brühe aus Sprossen und Blättern in Wasser aufgekocht ist zudem als Spritzbrühe gegen Blattläuse und Weiße Fliegen verwendbar. Am alten »Badeplatz« an der Wetter wuchs Schöllkraut, mit dessen orange gefärbtem Pflanzensaft sich Warzen behandeln lassen. Der hier wachsende Schwarze Holunder hatte noch einige intensiv riechende und schmeckende Blüten, die zusammen mit Apfelsaft zu Holunderblüten-Gelee verarbeitet werden können.

Der Wanderweg führte entlang der Wetter an hoch aufgewachsenen Hopfenpflanzen, Knolligem Kälberkropf, Armenischer Brombeere und auch an Faulbäumen vorbei, dessen Früchte gern von Vögeln gefressen werden. Der Faulbaum ist für Menschen giftig, doch macht nach Paracelsus die Dosis das Gift: Faulbaumrinde wird auch heute noch als mildes Abführmittel genutzt. Zu früheren Zeiten war dieser Baum vom Militär sehr geschätzt, weil aus seinem Holz aschearme, feinpulverige Holzkohle gewonnen wurde, die sich zur Herstellung von Schwarzpulver einsetzen ließ.

Der rund zweistündige Kräuterspaziergang endete an der Umgrenzungsmauer des Ossenheimer Friedhofs, wo zahlreiche Exemplare des Zimbelkrauts mit seinen zart rosafarbenen Blüten zu bewundern waren. Die Pflanze, ebenfalls schwach giftig, wurde früher als Mittel gegen Skorbut verwendet.

Zum Abschluss hatte Müller selbstgemachte Kräuterbutter und frisches Sauerteigbrot vom Dorheimer Bäcker zur Verkostung mitgebracht. Als Durstlöscher gab es verschiedene Sorten des vom Nabu hergestellten Kräutersirups, der verdünnt mit Mineralwasser genossen werden konnte.

FOTO: NABU FRIEDBERG/HARALD BERND