

Heilpflanze, Baum und Blume des Jahres 2018

Heilpflanze des Jahres 2018

Andorn – Marrubium vulgare

Diese unscheinbare Pflanze aus dem Mittelmeerraum gehört zu der Familie der Lippenblütler und ist verwandt mit dem Salbei, dem Lavendel und der Pfefferminze. Im Spätmittelalter haben die Seefahrer sie als Samen zu uns gebracht und bis zu den britischen Inseln und im südlichen Skandinavien ist er anzutreffen. Als südliche Pflanze ist sie anspruchslos was den Boden angeht, liebt trockene, lehmhaltige Untergründe und ist auf der roten Liste der geschützten Pflanzen.



Andorn ist ein mehrjähriger, krautiger Halbstrauch, der bis zu 90 cm hoch werden kann. Seine Wurzeln sind sehr dick und die Stängel sind kantig, sehen eckig aus und sind hohl. Kleine weiße Haare bedecken ihn und die Blätter sind ähnlich wie Pfefferminze, eiförmig, spitz, leicht gesägt am Rand und haben auch kleine Haare. Andorn blüht von Juni bis August, kleine weiße Blüten entspringen aus den Blattachseln.



Sammeln: Blätter

Verwendung: Die bitteren Blätter hat man früher in Wein angesetzt und bei starker Verschleimung, auch oft zusammen mit Veilchenwurzel gegeben. Die Bitterstoffe sind auch gut für die Leber, Niere und Milz und die getrockneten Blätter wurden zusammen mit Alant und Borretsch und Odermennig bei Verstopfung als Tee getrunken.

Baum des Jahres 2018

Ess-Kastanie – *Castanea sativa*

Wer im Frühjahr durch die Südpfalz schlendert wird den Duft der blühenden Maroni Wälder lange in der Nase haben. Die Esskastanie oder Maroni ist seit der Bronzezeit bekannt. Sie wächst vorwiegend in den durch das Klima gegünstigten Gebieten an Mosel, Saar, Nahe und Rhein.



Den Römern haben wir es zu verdanken, dass sie als Samen über die Alpen zu uns gekommen ist.

Das Kastanienholz ist sehr resistent gegen Schädlinge und so wurde daraus das Holz für die Rebsticker, Fässer und Dachstühle gemacht.

Ins späteren Jahren wurden die Früchte der Esskastanie, die sog. Maroni lebensrettend für die Bevölkerung, denn sie waren oft in den kalten Wintern des Schwarzwaldes und des Pfälzerwaldes stärkereiches und süßes und Nahrungsmittel.



Die Römer kannten die Früchte eher als kulinarisches Beiwerk gebraten und heute noch lieben wir sie geschält mit ihrem unvergleichlichen Duft auf den Weihnachtsmärkten. So hat man die gemahlene Kastanie auch in den Speisezettel aufgenommen und backt draus Brot, Kuchen und andere Leckereien. Da die Ernte der Früchte gunmittelbar mit der Weinernte zusammenfällt, ist es in diesen Gegenden in allen Besenwirtschaften üblich, zum neuen Wein auch Leckereien mit Kastanienmehl anzubieten.

Der junge Maronibaum hat eine glatte graue Rinde, die im Alter tief und zerfurcht wird. Die Blätter sind elliptisch geformt und haben einen feinen Stachelkranz. Man kann die Blätter getrocknet als Tee trinken.



Blume des Jahres 2018

Ehrenpreis – Veronica officinalis

Die kleine blaue Pflanze, die im zeitigen Frühjahr im Garten aufblitzt, ist seit ca. 1920 im botanischen Garten in Berlin verwildert und bei uns so heimisch geworden.

Inhaltsstoffe: Gerbstoffe, Bitterstoffe, Harz, Milchsäure, Saponine und ätherische Öle



Verwendete Pflanzenteile: Blüten

Verwendung: Man nannte den Ehrenpreis früher auch „Allweltsheil“, weil sie so vielseitige Heilwirkungen hat.

Alle Erkrankungen, die sich auf der Haut zeigen, haben ihre Ursache im Darm. Ehrenpreis ist blutreinigend und regt den Stoffwechsel an. Damit ist die Pflanze ein gutes Mittel für die Haut, juckende Hautstellen, alte trockene Haut und Neurodermitis. Überall wo die Haut trocken und juckend ist, kann man sie mit Ehrenpreis behandeln.

Die Blüten können in Öl eingelegt und als Balsam weiterverarbeitet werden. Sie sind als Tee auch gut innerlich anwendbar, am besten in einem gemischten Tee, der auch andere „Haut-Pflanzen“ beinhaltet.

Wir empfehlen folgende Mischung: Ehrenpreis, Nachtkerze, Borretsch, Johanniskraut, Zistrose, Arnika & Kamille

Quellenangabe: :

Text: Barbara Wallochny im Juli 2018

Bilder: Galen Vinson