

Kräuterkalender

JANUAR	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
											
Scharbockkraut	Gänseblümchen	Brennnessel	Knoblauchsrauke	Schwarzer Holunder	Johanniskraut	Mädesüß	Schafgarbe	Wegwarte	Hagebutte	Spitzwegerich	Fichte

Das ganze Jahr über wachsen Kräuter und Früchte. Kräuterexpertin Anja Seipel weiß das. In dem alle drei Monate erscheinenden Kalender erzählt sie, wann es welches Kraut und welche Frucht zu finden gibt, welche Geschichten sich dahinter verbergen und was sich damit in der Küche anstellen lässt. Heute: die Monate Oktober bis Dezember.

Vorkommen

Die Heckenrose mit ihren leuchtend roten Hagebutten ist ein bis zu 3 Meter hoher Strauch, der an sonnigen Wald-, Weg-, und Gebüschrändern zu finden ist. Sie bevorzugt mäßig trockene bis frische Böden.



Geschichtliches

Es war Tradition bei unseren Vorfahren, das erste Badewasser eines Neugeborenen unter einen Heckenrosenstrauch zu gießen, denn damit sollte das Kind sein Leben lang vor Krankheiten geschützt werden.

In der Küche

Das Fruchtfleisch/Mus der Hagebutten kann als Zutat für Suppen oder pikante Soßen genommen werden. Auch zum Backen für Kuchen oder Muffins sind die zerkleinerten Früchte geeignet. Als Konfitüre kann man sie gut mit anderen herbstlichen Früchten wie Äpfeln, Birnen oder Schlehnen kombinieren.

Rezept: Hagebuttenlikör

Zubereitung: Eine durchsichtige Glasflasche wird zu 2/3 mit zerkleinerten Hagebutten (inkl. Kernen) befüllt. Darauf kommt eine zwei bis drei Zentimeter dicke Schicht aus Kandis- oder Rohrzucker, außerdem zwei Zimtstangen, zwei Gewürznelken und zwei Sternanisfrüchte. Das Ganze wird mit 38%igem Doppelkorn aufgegossen. Die Flasche gut verschließen, ab und zu kräftig schütteln und an einem warmen Ort vier bis sechs Wochen ziehen lassen. Die Früchte und Gewürze absieben und den Likör nochmals durch einen Tee-/Kaffeefilter geben, damit eine klare rötliche Flüssigkeit entsteht.



Vorkommen

Der Spitzwegerich liebt sonnige bis halbschattige Standorte in Fettwiesen, Rasen sowie an Feldrändern und Waldwegen.

Geschichtliches

Der Name Wegerich bedeutet König der Wege, denn sein Name leitet sich vom indogermanischen »Riĥ« ab, was so viel wie König bedeutet. Im Mittelalter wurde die Spitzwegerichwurzel ausgegraben und als Schutzamulett getragen.

In der Küche

Junge Spitzwegerichblätter können gut in Wildkräutersalaten, Quarkspeisen und Kräuterdips verarbeitet werden. Die frischen bräunlichen Blüten schmecken gekocht ähnlich wie Wiesenchampignons und eignen sich gut für Suppen und Aufläufe.



Rezept: Spitzwegerichhonig

- Zutaten:**
- helles Marmeladenglas
 - 500 g flüssigen Honig
 - 700 g frische Spitzwegerichblätter

Zubereitung: Die Spitzwegerichblätter waschen, trockenschleudern, klein schneiden und schichtweise abwechselnd mit dem Honig in das Glas füllen. Das Glas verschließen und für drei Wochen ans Fensterbrett stellen. Danach absieben und den zähflüssigen Sirup in kleine dunkle Flaschen füllen und kühlstellen. Bei Erkältungskrankheiten, aber auch aufs Butterbrot, über Desserts oder in Smoothies schmeckt der Spitzwegerichhonig sehr lecker.



Vorkommen

Die Gemeine Fichte bevorzugt feuchtes und kühles Klima und ist deshalb im Mittel- und Hochgebirge besonders häufig zu finden.

Geschichtliches

Unsere Vorfahren glaubten, dass Fichtenbäume den Menschen von Krankheiten befreien können. So sollte der Kranke vor Sonnenaufgang zu einer Fichte gehen und in einen Spalt des Fichtenholzes fünf Tropfen Blut geben. Dies sollte Heilung bringen.

In der Küche

Frische junge Fichtentriebe, auch Maitriebe genannt, können klein geschnitten für Fitnessdrinks, als Salatzugabe oder zur Herstellung von Sirup verwendet werden. Die Maitriebe enthalten große Mengen an Vitaminen und Mineralstoffen, aber auch im Winter besitzen die Fichtennadeln noch viele gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe.

Rezept: Fichtensirup

- Zutaten:**
- 5 Handvoll Fichtenspitzen
 - 1 Liter Wasser
 - 1 kg Zucker
 - Saft 1 Zitrone

Zubereitung: Die Fichtenspitzen klein schneiden und mit dem Wasser kurz aufkochen. Über Nacht zugedeckt stehen lassen. Den Sud durch ein Sieb geben und mit dem Zitronensaft und dem Zucker kochen bis eine sirupartige Konsistenz entsteht. Dann heiß in saubere Flaschen füllen. Für Getränke, Süßspeisen, als Brotaufstrich und bei Erkältungskrankheiten zu verwenden.



Fotos: Fotolia: olsix (1), Marina Lohrbach (1)

Hobbykünstler stellen aus und laden zum Basteln ein

Rosbach (pm). Am Wochenende des 29. und 30. Oktober werden über 30 Hobbykünstler ihre Arbeiten der Öffentlichkeit vorstellen. Die Verkaufsausstellung im Bürgerhaus Rodheim ist am Samstag von 14 bis 18 Uhr und am Sonntag von 11 bis 18 Uhr geöffnet. Stadtrat Herbert See eröffnet die Schau am Samstag um 14 Uhr. Der Eintritt ist frei, wie der Magistrat mitteilt.

Zu sehen sind Gemälde, Fotografien, Holz- und Schmuckarbeiten, Grußkarten und vieles mehr. Wer mag, kann bei einem Workshop eine Weihnachtskarte oder eine Schokoladenverpackung basteln. Kinder dürfen ein Lesezeichen selbst gestalten.

Abenteuer Ahnenforschung mit praktischen Tipps

Rosbach (pm). Der Heimatgeschichtsverein organisiert wieder einen Vortrag zum Thema Familienforschung. Am Freitag, 28. Oktober, um 19 Uhr spricht Wolfgang Aretz im Saal der Wasserburg Nieder-Rosbach über das »Abenteuer Ahnenforschung«. Aretz informiert über die Herangehensweise ans Thema, das Sammeln, Erfassen und Zusammenführen von Daten, das Erstellen genealogischer Tafeln und Listen sowie hilfreiche Programme. Zudem erhalten seine Zuhörer einen Überblick über das breite Spektrum der Familienforschung und deren Geschichte sowie verschiedene Quellen, die genutzt werden können, etwa Kirchenbücher und Personenstandsregister. Einbezogen werden auch Hilfswissenschaften wie Schriftkunde sowie das Internet mit Datenbanken wie Gedbas und Family Search, das »Genwiki« oder Mailing-Listen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen bis 25. Oktober beim Vizevorsitzenden Horst Pauly unter Tel. 0 60 03/39 28 oder per E-Mail an horst-pauly@gmx.de.

Müllsuche im dichten Gehölz

Bürger wollen lieber wieder im Frühjahr bei Aktion »Sauberhaftes Wöllstadt« mitmachen

Wöllstadt (udo). Wie in den vergangenen Jahren haben auch Wöllstadter Bürger an der Aktion »Sauberhaftes Hessen« des Landesumweltministeriums teilgenommen. Mitarbeiter des Bauhofs, Mitglieder von Vereinen, Landwirte und Privatpersonen wirkten mit. Treffpunkt waren das Bürgerhaus in Nieder-Wöllstadt und die Römerhalle in Ober-Wöllstadt. Neben Bürgermeister Adrian Roskoni hatten Klaus Meiß und Heinz Feuerbach als Vorsitzenden der Vereins-Arbeitsgemeinschaften beider Ortsteile zur Teilnahme an der Aktion aufgerufen.

»Wir arbeiten rund um die Römerhalle, an der Bleiche und am Teich«, erklärte Feuerbach, der die Aktion in Ober-Wöllstadt koordinierte. Zunächst gehe es zum Friedhof. Der Aktionsradius hänge stets davon ab, »wie viele Leute kommen«. In früheren Jahren hatten sich schon mehr Freiwillige eingefun-

den, doch zogen diejenigen, die erschienen waren, unverzagt los.

Bürgermeister Roskoni verteilte Greifer, blaue Säcke und Handschuhe. Er erklärte, dass am Ende der kollegialen »Säuberungsaktion« die fleißigen Helfer aus beiden Ortsteilen im Anglerheim an den Nieder-Wöllstädter Eisteichen mit Speise und Trank bedacht würden, und bestellte die Würste bei Stephanie Breidenbach. Die Freiwillige Feuerwehr versah den Fahrdienst.

Das hessische Umweltministerium hatte die Umweltkampagne 2003 ins Leben gerufen. Mit ihr sollen wild abgelagerte Abfälle im öffentlichen Raum eingesammelt werden. Zum zweiten Mal fand die Aktion im Herbst und nicht wie in den Jahren zuvor im Frühling statt. Die Gemeinde folgte damit einer Vorgabe des Umweltministeriums.

Schon bei der Zusammenkunft in Ober-

Wöllstadt wurde Kritik daran laut, dass die Aktion nicht mehr im Frühjahr durchgeführt wird. Die Flur habe dann an Ostern richtig schön sauber ausgesehen, sagten die Freiwilligen. In Nieder-Wöllstadt stimmten Horst Schweitzer und Johannes Albrecht bei der Arbeit am Bahndamm ein: »Jetzt im Herbst ist die Vegetation so dicht, dass man die Abfälle kaum sieht; das Frühjahr ist der bessere Termin.«

Gleichwohl spürten Schweitzer und Albrecht auf der Flur und am Bahndamm Autoreifen und Teile eines alten Fernsehgeräts auf, die Werner Bonrath mit seinem Trecker abtransportierte. Mitglieder des Angelsportvereins reinigten das Gelände rund um die Eisteiche. Sie erläuterten, der Name »Eisteiche« rühre daher, dass hier früher Eis gebrochen wurde. Entstanden seien die Teiche, als hier einmal Braunkohle abgebaut wurde.



Wöllstadt soll sauberer werden. Dafür packen (v.l.) Johannes Albrecht, Werner Bonrath, Vereinsringchef Horst Schweitzer und Bürgermeister Roskoni am Bahndamm mit an. Die Freiwilligen aus Ober-Wöllstadt kommen an der Römerhalle zum Einsatz zusammen. (Fotos: udo)

