

HAMELN

Unbekanntes und Leckeres mit Löwenzahn, Brennessel und Co.

Hamelin (git). Der besagte Blick über den Tellerrand eröffnet einem bekanntlich neue Perspektiven. Der Blick in den Teller kann dies ebenfalls tun – wenn es sich um Wildkräutergerichte handelt, die nach einer Kräuterwanderung zubereitet wurden.



Sehen, fühlen, riechen, schmecken und auch hören, was es zu Knoblauchraute, Löwenzahn und Brennessel zu erzählen gibt. Diese fünf Verben begleiteten die dreistündige Kräuterwanderung am Rotenberg mit der Kräuterführerin Antara Raiy Frei, zu der der Naturheilverein Weserbergland eingeladen hatte. Ein mehrgängige Wildkräuter Menü mit Siebenkräutersuppe und Kräuterbrennessel-Auflauf, das anschließend zubereitet wurde, machte aus dem „Schmecken im Grünen“ für alle Beteiligten ein „vegetarisches Schlemmen“ am Tisch.

Etwa 25 heimische Wildkräuter und einige Bäume nahmen die Teilnehmer unter die Lupe. Zu jedem vermittelte Frei viele Informationen. Der Löwenzahn sei beispielsweise vom Blatt bis zur Wurzel essbar. Aus seinen Blüten ließe sich ein leckerer Sirup herzustellen. „Wildkräuter sind gesund und enthalten viele Vitamine“, erklärte sie. Beispiel Spitzwegerich: Unkraut. Dieser erste Gedanke geht den meisten Menschen durch den Kopf. Als Teilnehmerin einer Kräuterwanderung nicht mehr. Denn mit dem erworbenen Wissen bekommt dieses Gewächs plötzlich einen spannenden kulturellen Stellenwert. Die eine oder andere der acht Frauen, die sich für die Wanderung angemeldet hatten, äußerte sich erstaunt, dass die Gartenpflanzen teilweise auch als Wildkräuter am Wegesrand zu finden seien.

Am Ende des Kurses waren die Teilnehmerinnen restlos begeistert und ließen sich ihr Eis schmecken, Kräutereis, versteht sich.

Was wächst denn da? Bei der Kräuterwanderung des Naturheilvereins gewannen viele völlig neue Erkenntnisse über Wildkräuter.

Foto: git