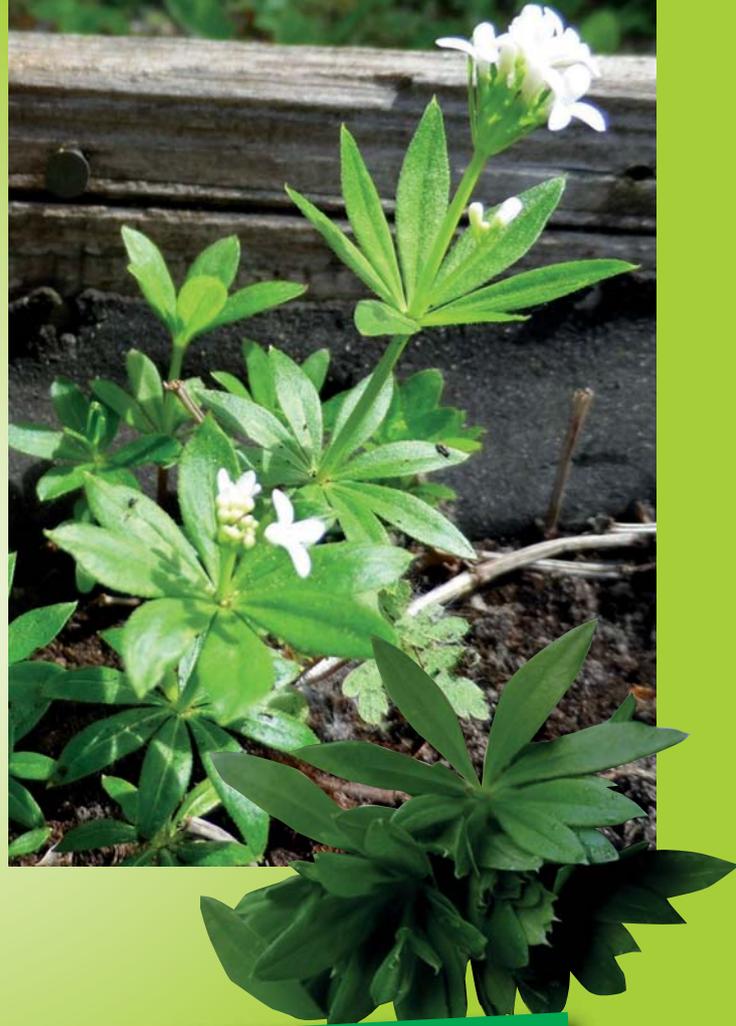


Waldmeister

Der Waldmeister ist kein Förster. Wir sprechen hier über die Pflanze, die jetzt in lichten Laubwäldern wächst. Die Pflanzen werden bis zu 30 cm hoch. Sie haben in mehreren Etagen Blätterquirle mit vielen länglichen Blättern. Die Blätter sind am Rand etwas rau, an der Oberfläche glatt. Die zarten kleinen weißen Blüten verströmen einen eigentümlichen Duft. Der Stoff heißt Cumarin und hat in geringer Dosierung eine heilende Wirkung, z. B. bei Kopfschmerzen. Da die Pflanze vor allem im Wald vorkommt, war der Name schnell gefunden. Man kennt Waldmeister auch unter dem Namen Maikraut. Ganz früher nannten es die Menschen auch Herzfreund, Leberkraut, Teekraut, Waldtee oder Labkraut, wegen seiner heilenden Wirkung. Jetzt wird der Waldmeister geerntet. Im frischen Zustand duftet der Waldmeister kaum, man muss das gepflückte Kraut erst anwelken, bevor sich der typische Waldmeisterduft entfaltet. Dann kann er verarbeitet werden.



Tee – ist das Hauptverwertungsgebiet des Waldmeisters pur oder als Teemischung. Dazu verwendet man das blühende Kraut.

Duftkissen – so ein Duftkissen eignet sich für das Bett oder man kann es auch in den Kleiderschrank legen, um Motten fernzuhalten.

Pudding, Limonade – alles mit Waldmeistergeschmack ist für die heißen Sommermonate gut geeignet. Wegen ihres tollen Geschmacks immer wieder ein Vergnügen!

Bowle – ist die bekannteste Verwendung von Waldmeister. Schaut doch mal auf die Seite 18 in diesem Heft, dort findet ihr das Rezept.