

Pressemitteilung

DEUTSCHER LANDWIRTSCHAFTSVERLAG GMBH



www.dlv.de

**Deutscher
Landwirtschaftsverlag GmbH**
München · Hannover · Berlin

USt-IdNr. DE 813 29 17 28

Öffentlichkeitsarbeit:
Ulrike Clever
Kabelkamp 6 · 30179 Hannover
Telefon 0511-67806-155
Telefax 0511-67806-180
ulrike.clever@dlv.de

Balsamkraut für Leib und Seele

Die deutsche Bio-Garten-Pionierin Marie-Luise Kreuter berichtet in *kraut&rüben* über Schätze aus ihrem Kräutergarten. Diesmal widmet sie sich der Frauenminze.

Das Kraut, das die Botaniker *Tanacetum balsamita* (früher *Chrysanthemum majus*) nennen, war in den alten Bauerngärten meist unter dem Namen Frauenminze oder Marienblatt bekannt. Es enthält vor allem ätherische Öle, Gerb- und Bitterstoffe. Balsamkraut lindert nach alter Tradition krampfartige Menstruationsbeschwerden und Magenverstimmungen. Culpeper, ein berühmter englischer Kräuterkenner des 17. Jahrhunderts, empfahl die Frauenminze, um die „Schmerzen der Mutter (Wehen)“ erträglicher zu machen. Solche Eigenschaften klingen oft schon in den volkstümlichen Namen an. Pflanzen, die mit Maria verbunden sind, gehören meist auch zu den „Mutter-Kräutern“.

Neuere Erkenntnisse bescheinigen dem Balsamkraut außerdem zusammenziehende, antiseptische Eigenschaften. Wenn Sie aus frischen oder getrockneten Blättern der Frauenminze einen Tee aufbrühen, können Sie die krampflösenden Eigenschaften des Krautes selber ausprobieren.

Obwohl Frauenminze ursprünglich im Orient zu Hause war, ist sie seit Jahrhunderten an unser Klima angepasst und gedeiht im Garten ohne Probleme. Die ausdauernde Staude bildet einen stattlichen, etwa einen Meter hohen Busch, der Wurzelausläufer treibt. Die länglich eiförmigen Blätter sind silbriggrün gefärbt. Sie verströmen, wenn man sie zwischen den Fingern reibt, einen herrlich balsamischen Minzeduft mit süßer Note.



Marie-Luise Kreuter,
Bio-Gärtnerin der ersten Stunde



Foto: ©Dittmer

Das traditionsreiche Balsamkraut gehört zu den stillen Schätzen, die auf ihre Wiederentdeckung warten.

Über ein Belegexemplar Ihres Berichtes würden wir uns sehr freuen. Danke!

Pflanzen Sie das Balsamkraut immer an einen sonnigen Platz, damit es sein wunderbares Aroma voll entwickeln kann. Der Boden sollte sehr wasserdurchlässig sein. Schwere Erde kann mit Sand, notfalls auch mit einer Kiesdrainage verbessert werden.

Große Balsamkrautbüsche bilden mit den Jahren einen dekorativen Blickfang im Kräutergarten.

Quelle:

*Tipp von Bio-Gärtnerin Marie-Luise Kreuter aus dem Mai-Heft der Gartenzeitschrift *kraut&rüben* (www.krautundrueben.de).*