

Walahfrid Strabos Hortulus – De cultura hortorum

Beschreibung und Verwendung der 24 Pflanzen



Die Reihenfolge der Pflanzen entspricht der Versreihenfolge im Hortulus.

1. SALBEI (*Salvia officinalis*)

Blütezeit: Juni - Juli / Verwendung: Blätter

„Leuchtend blühet Salbei ganz vorne am Eingang des Gartens, süß von Geruch, voll wirkender Kräfte und heilsam zu trinken. Manche Gebresten der Menschen zu heilen, erwies sie sich als nützlich, ewig in grünender Jugend zu stehen hat sie sich verdient ...“

Verwendung als Heilmittel

Schweisshemmend, entzündungshemmend, zum Gurgeln.

Verwendung in der Küche

Zum Würzen von Fisch, hellem Fleisch, Teigwaren und Zucchini, Blätter im Teigmantel ausbacken.

Verwendung im Haushalt

Blätter als Zahnbürstenersatz

Mythische Bedeutung

Salbei steht für ewiges Leben; immergrün und sich von unten her verjüngend.

2. WEINRAUTE (*Ruta graveolens*)

Blütezeit: Juli – August / Verwendung: Blätter

„Rührt man leicht sie nur an, so verbreitet sie würzige Düfte. Kräftig mag sie zu wirken, mit vielfacher Heilkraft versehen ...“

Verwendung als Heilmittel

Reinigt den Körper von Säften, die ihn verderblich befallen. Einst pauschal als Gegengift.

Verwendung in der Küche

In bescheidenem Umfang vielseitig verwendbar, herbes Gewürz.

Mythische Bedeutung

Nationalpflanze von Litauen, wichtigster Blumenschmuck der Gotik, Teil des Pestessigs.

3. EBERRAUTE (*Artemisia abrotanum*)

Blütezeit: August – Oktober / Verwendung: Oberirdische Teile

„Fieber wehret sie ab, scheucht Seitenstechen, bringt Hilfe, wenn die tückische Gicht uns mit plötzlichem Anfall belästigt. Aber noch mehr: Sie hat so viele Kräfte wie haarfeine Blätter ...“

Verwendung allgemein

Riechkraut, duftet erfrischend, herb und süß, als Mottenschutz, Duftsträusschen, Duftkissen, Duftkränze.

Mythische Bedeutung

Zur Vertreibung von Schlangen und bösen Geistern.

4. FLASCHENKÜRBIS (*Lagenaria vulgaris*)

Blütezeit: Juni – September / Verwendung: Frucht

„Ja, solange die Frucht des Kürbis noch saftig und zart ist, ehe die Flüssigkeit, die sie in Innern birgt, beim späten Nahen des Herbstes vertrocknet und rings die Schale verholzet, sehen wir sie am Tische nicht selten mit anderen köstlichen Speisen, umgehn am Tische ...“

Verwendung in der Küche

In Scheiben geschnitten und gebraten als Gemüse. Kürbis nach dem Trocknen als Gefäß verwendbar.

Mythische Bedeutung

Der Kürbis ist ein sichtbares Zeichen für die Barmherzigkeit Gottes. Die getrockneten Gefäße wurden mit Vorliebe als Pilgerflaschen auf Wanderungen genutzt.

5. HONIGMELONE (*Cucumis melo*)

Blütezeit: Juni – September / Verwendung: Frucht

„Zerteilt man das hohle Gehäuse von Hand in zahlreiche Stückchen, so freut sich der Gastfreund bei Tische des guten Leckerbissens der Gärten ...“

Verwendung in der Küche

Ein köstlich schmeckendes, erfrischendes Obst, eisgekühlt ein Genuss an heißen Sommertagen.

Mythische Bedeutung

Symbol für ein gastliches Haus.

6. WERMUT (*Artemesia absinthium*)

Blütezeit: Juli – September / Verwendung: Kraut im Mai, Blüten im Juli

„Auch wenn plötzlich der Kopf dir hämmert wende an ihn dich um Hilfe und koche des laubigen Wermuts bitteres Grün; dann giesse den Saft aus geräumigem Becken und überspiele damit den höchsten Scheitel des Hauptes ...“

Verwendung als Heilmittel

Er wirkt anregend auf Speichel und Magensaftsekretion, „was bitter dem Mund ist dem Magen gesund“. Vorsicht! führt zu Störungen des Geisteszustandes und Delirien bei Langzeitgebrauch oder Überdosierung.

Verwendung in der Küche

Als bitterer Kräuterlikör Absinth

Mythische Bedeutung

Im heidnischen Brauchtum zu Kränzen geflochten, getragen sich zu schmücken und hernach ins Johannisfeuer gegeben. In der bildenden Kunst werden stilisierte Wermutblätter gerne als Ornamente verwendet. In der Bibel ist er ein Symbol für Leid und Heimsuchung, „Wermutstropfen“.

7. ANDORN (*Marrubium vulgare*)

Blütezeit: Juni – Herbst / Verwendung: Blühendes Kraut

„Sollten dir Stiefmütter je feindselig bereitete Gifte mischen in das Getränk oder trüglichen Speisen verderblich Eisenhut mengen, so scheucht ein Trank des heilkräftigen Andorns, unverzüglich genommen, die drohenden Lebensgefahren ...“

Verwendung als Heilmittel

Wirkt anregend auf Leber- und Gallensekretion, nur nach Absprache mit dem Arzt anwenden, gefährlich bei Nierenleiden.

Verwendung allgemein

Gegen Würmer, als Fliegenvernichtungsmittel.

Mythische Bedeutung

Volksmedizinisch angewandtes Gegengift, hilfreich auch gegen Zauberei.

8. FENCHEL (*Foeniculum vulgare*)

Blütezeit: Juli – Oktober / Verwendung: Ganze Pflanze

„Und sein Same mit der Milch einer Mutterziege getrunken, lockere, so sagt man, die Blähung des Magens und fördere lösend alsbald den zaudernden Gang der langen verstopften Verdauung ...“

Verwendung als Heilmittel

Als Tee zur Beruhigung, bei Husten, bei Magen-, Darmverstimmungen. Regt die Milchsekretion bei Kühen an.

Verwendung in der Küche

Der Fenchel hat eine angenehme Wärme, schadet auch roh genossen dem Menschen nicht. In jeglicher Zubereitung heitert er den Menschen auf.

Mythische Bedeutung

Man glaubte, er könne den Teufel und das Böse vertreiben.

9. SCHWERTLILIE (*Iris germanica*)

Blütezeit: Mai – Juni / Verwendung: Wurzel

„Deiner Wurzel getrocknete Stückchen lösen zerrieben wir in flüssigem Wein, und der Blase grausame Schmerzen dämpfen nicht minder wir trefflich mit diesem künstlichen Heiltrank ...“

Verwendung als Heilmittel

Bei Blasenleiden, als Beissring für zahnende Kinder.

Verwendung im Haushalt

Als Stärkemittel für Weisswäsche, im Handel als „Veilchenwurz“.

Mythische Bedeutung

Der Sage nach aus Blut oder aus den Wunden Jesu entstanden, Schutz gegen Hexerei.

10. LIEBSTÖCKEL (*Levisticum officinale*)

Blütezeit: Juli – August / Verwendung: Blätter im Frühjahr, Wurzeln im Herbst

„Dich zu nennen im duftenden Dickicht heißt mich die Liebe, mit der ich im Gärtchen alles umfasse. Zwar durch Saft und Geruch, so glaubt man, soll diese Pflanze Schaden den Zwillingsternen der Augen und Blindheit bewirken. Aber die kleinen Samen pflegen doch manchmal als Beisatz anderer Arznei ... sich Lob zu erwerben ...“

Verwendung als Heilmittel

Bei Magenkrämpfen, gegen Blähungen.

Verwendung in der Küche

Als Liebstöckelbier, -essig, -likör, als Gewürz in Brot und Kuchen, im Salat, in der Suppe und Brühe, Wurzeln und Stängel als Gemüse.

Mythische Bedeutung

Als Aphrodisiakum, Wurzel um den Hals getragen als Zauberamulett.

11. KERBEL (*Anthriscus cerefolium*)

Blütezeit: Mai – August / Verwendung: Frische oder tiefgekühlte Blätter

„Es fehlt ihm ein leichtes Mittel zur Hand, auch die Kraft nicht, Bächlein des Blutes, rieselnd über den Körper zu stillen. Auch falls einmal der Leib von lästigen Schmerzen gequält wird, legt er ihm Umschläge auf, nicht ohne treffliche Wirkung ...“

Verwendung als Heilmittel

Bei Leibschmerzen, träge Verdauung, blutreinigend, Vitamin C-reich.

Verwendung in der Küche

Küchenkraut seit der Antike, in Suppen, Saucen, zu Huhn, Fisch, Eierspeisen, erst gegen Ende mitkochen, Teil der „grünen Sauce“ in Hessen.

Mythische Bedeutung

Traditionelles Stärkungsmittel nach dem Fasten am Gründonnerstag

12. MADONNENLILIE (*Lilium candidum*)

Blütezeit: Juni – Juli / Verwendung: Blätter und Zwiebel

„Leuchtende Lilien, wie soll im Vers und wie soll im Liede würdig euch preisen die dürftige Kunst meiner nüchternen Muse? ... und wenn die tückische Schlange listiger Art gesammeltes Gift ... spritzt und grausamen Tode sendet ... dann zerreiße Lilien im Mörser, trinke den Saft, dies erweist sich als nützlich ...“

Verwendung als Heilmittel

Quetschungen, Risse

Verwendung in der Küche

In manchen Ostländern wird die gekochte Zwiebel gegessen.

Mythische Bedeutung

Symbol der Reinheit, Vollkommenheit, des Friedens und der Unschuld, Osterblume, früher als Antidot gegen Schlangenbisse, schon in der Antike wichtige Gartenblume, z.B. in den Königsgärten der minoischen Kultur.

13. SCHLAFMOHN (*Papaver somniferum*)

Blütezeit: Spätsommer / Verwendung: Samen, Saft und Blüten

„Zugleich vermag, wie man sieht, ein schlimmes Geschwür, das unleidlich bitter vom Grunde der Brust bis hinauf zur Pforte des Mundes aufstößt, mit Hilfe des Mohns sehr häufig Heilung zu finden ...“

Verwendung als Heilmittel

Als Schmerzmittel, gegen Durchfall, Husten, Schlaflosigkeit. Vorsicht: Gefahr des Missbrauchs als starkes Rauschmittel!

Verwendung in der Küche

Öl aus erster Pressung zum Kochen, Blätter zum Färben, Samen zum Streuen auf Gebäck.

Mythische Bedeutung

Der Mohn wurde um 3000 v. Chr. von den Sumerern verehrt. Abbildungen auf antiken Schmuck- und Kunstgegenständen wie Münzen und Siegelringen.

14. MUSKATELLERSALBEI (*Salvia sclarea*)

Blütezeit: Mai – September / Verwendung: Blätter vor der Blüte, Samen und blühende Sprossspitzen

„Da sie nur selten zur Hilfe in Krankheit irgendwie verlangt wird, möchte man glauben, sie sei wohl den Händen der Ärzte entgangen. Gleichwohl vermag sie zu spenden, in süßwarmes Wasser gegeben, heilende Kräfte sowohl wie Tränke von duftender Würze ...“

Verwendung als Heilmittel

Verwendung wie echter Salbei, schweißhemmend, krampflösend.

Verwendung in der Küche

Zur Verfälschung von Wein, ergibt Muskatellergeschmack.

15. FRAUENMINZE / MARIENBLATT (*Tanacetum balsamita*)

Blütezeit: Spätsommer / Verwendung: Blätter

„Verbirgt sich ein Wäldchen, und nicht das letzte, Costus des Gartens. Kocht man die Wurzel, mit heilsamer Hilfe fördert sie träge Verdauung und regelt glücklich den Stuhlgang ...“

Verwendung als Heilmittel

Früher zur Erleichterung der Geburt, bei Katarrh, Öl oder zerdrückte Blätter gegen Verbrennungen und Insektenstiche.

Verwendung in der Küche

Früher zum Klären und Konservieren von Bier, feingehackte Blätter zu Salat, Wild und Gemüse.

Verwendung im Haushalt

Als duftende Beigabe zu Kräuterkissen, -sträusschen, -potpourris, für Haar und Wäsche als Duftspülung, zur Abwehr von Insekten.

16. ÄHRENMINZE (*Mentha spicata*)

Blütezeit: Juli – September / Verwendung: Blätter

„Nimmer fehlt auch ein Vorrat an gewöhnlicher Minze, so verschieden nach Sorten und Arten, nach Farben und Kräften. Eine nützliche Art soll die raue Stimme, so sagt man, wieder zu klarem Klang zurückzuführen vermögen ...“

Verwendung als Heilmittel

Wirkt desinfizierend, krampflösend, stimulierend und verdauungsfördernd, enthält ätherisches Öl (Menthol), zur Verbesserung des Atems, Minzeöl gegen Kopfschmerzen und Migräne.

Verwendung in der Küche

In Süßspeisen, Getränken, Tees, englische Minzsauce zu Braten und Suppenfleisch.

Mythische Bedeutung

Der antiken Sage nach war Minthe eine von Pluto geliebte Nymphe, die er, um sie vor seiner eifersüchtigen Ehefrau zu schützen in besagte Pflanze verwandelt. Die Minze ist ein Symbol der Gastfreundschaft, mit ihr wurden Tische vor dem Essen abgerieben.

17. POLEIMINZE (*Mentha pulegium*)

Blütezeit: Juni – August / Verwendung: Oberirdisches Kraut

„Nicht erlaubt des Gedichtes Kürze, die Tugenden alle dieser Minze Polei in eilendem Vers zu erfassen. ... Glaube mir Freund, die Minze Polei, gekocht, wird dir heilen, sei es als Trank oder Umschlag, den stockenden Gang der Verdauung ...“

Verwendung als Heilmittel

Bei Verdauungsbeschwerden, Kolik, Magenkatarrh. Vorsicht: In hohen Dosen sehr gefährlich!

Verwendung in der Küche

Zu Lamm- oder Hammelfleisch, in Suppen, Saucen, Füllungen, Süßspeisen, Spirituosen und Getränken.

Verwendung im Haushalt

Als Badezusatz, als Mundwasser.

Mythische Bedeutung:

Hebräer legten ihre Tempelböden mit Poleiminze aus, später Übernahme des Brauchs in italienischen Kirchen. Der Zehnte, der den Pharisäern in der Bibel zu liefern war, hatte aus Minze, Dill oder Kümmel zu bestehen.

18. SELLERIE (*Apium graveolens*)

Blütezeit: Juni – September / Verwendung: Kraut und Wurzelknolle

„Wenn den Tyrannen des Körpers würgender Brechreiz belästigt, trinke man Sellerie gleich mit herbem Essig und Wasser, dann wird, vom sicheren Mittel besiegt, die Übelkeit weichen ...“

Verwendung als Heilmittel

Bei Verdauungsstörungen, appetitanregend, enthält Vitamin E.

Verwendung in der Küche

Zu Suppen und Eintöpfen, gekocht als Gemüse, roh als Salat.

Mythische Bedeutung

Den Göttern der Unterwelt geweiht, als Totenkranz und Grabschmuck.

19. HEILZIEST / BETONIE (*Betonica officinalis*)

Blütezeit: Juni – September / Verwendung: Wurzel, Blätter im Juni/Juli

„Wenn du es wohl unternimmst, sie zu pflücken und grün zu verwenden, oder getrocknet dem schleichenden Winter sie aufzubewahren, ob nun die Becher des schäumenden Mosts nun deine Kehle erfreuen, oder eher geduldig geklärte Gaben gefallen, allem wird die erstaunliche Kraft dieses Krauts entsprechen ...“

Verwendung als Heilmittel

Wundheilend, narbenbildend, als Brechmittel.

Verwendung im Haushalt

Als Tabakersatz

Mythische Bedeutung

Antiaphrodisiakum, gegen „böse Magie“.

20. ODERMENNIG (*Agrimonia eupatoria*)

Blütezeit: Juni – August / Verwendung: Kraut und Blüten bis Mitte August

„Mannigfach ehrt ihn der Ruf seiner heilsamen Kräfte, besonders zähmt er, zerrieben und getrunken, die scheusslichen Schmerzen des Magens. Hat ein feindliches Messer uns einmal am Körper verwundet, rät man uns wohl, zu seiner Hilfe Zuflucht nehmen, aufzulegen der Stelle zerstoßene Keime ...“

Verwendung als Heilmittel

Wundheilend, entzündungshemmend, narbenbildend, als Tee gegen Husten und Halsschmerzen.

Verwendung im Haushalt

Färber- und Gerberpflanze, darf nicht mit Metallen in Berührung kommen!

Mythische Bedeutung

Orakelpflanze

21. AMBROSIA

Diese, nach der Speise des Himmlischen benannte Pflanze, die Walahfrid im Hortulus erwähnt, kann bis heute nicht einwandfrei bestimmt werden. Es wird vermutet, dass es sich um die Schafgarbe oder den Rainfarn handelt. In der Folge werden beide Pflanzen beschrieben.

21.1 SCHAFGARBE (*Achillea millefolium*)

Blütezeit: Mai – Oktober / Verwendung: Oberirdische Pflanzenteile während der Blüte

„Man lobt sie zwar sehr, aber manche bezweifeln doch ob es jene Ambrosia sei, die die Bücher der Alten so häufig nennen. Sicher verwenden die Ärzte ihn als Arznei ...“

Verwendung als Heilmittel

Blutstillend, antiseptisch, früher vor und nach Operationen gebräuchlich, auf der Haut gegen Pickel und Flechten.

Verwendung in der Küche

Junge Blätter als Salat, früher zur Konservierung von Wein, als Gewürz. Vorsicht: Macht sonnenempfindlich!

Mythische Bedeutung

Venus empfahl der Sage nach dem Achilles mit der Schafgarbe die Wunden seiner Krieger zu versorgen, darum heisst sie „Achillea“

21.2 RAINFARN (*Tanacetum vulg. 'Crispum'*)

Blütezeit: Juli – September / Verwendung: Blätter und Blüten

„Man lobt sie zwar sehr, aber manche bezweifeln doch ob es jene Ambrosia sei, die die Bücher der Alten so häufig nennen. Sicher verwenden die Ärzte ihn als Arznei ...“

Verwendung als Heilmittel

Wurmtreibend, stark antiseptisch, erzeugt in hohen Dosen Krämpfe und Schwindel.

Verwendung im Haushalt

Vertreibt Insekten, zum Desinfizieren, gegen Läuse und Flöhe, für Duftschalen, Kränze und Girlanden.

Mythische Bedeutung:

Sollte Dämonen vertreiben, macht der Sage nach am Johannistag bei sich getragen unsichtbar.

22. KATZENMINZE (*Nepeta cataria*)

Verwendung: Blatt und blühende Spitze

„Denn mit dem Öl der Rose vermischt, gibt der Saft eine Salbe, die, wie man sagt, vermöge die Schrammen verwundeten Fleisches und die entstellenden Spuren der eben verheilenden Narben gänzlich zu tilgen, der Haut ihre frühere Schönheit zu geben und zu erneuern die Haare ...“

Verwendung als Heilmittel

Blatt und blühende Spitze enthalten Vitamin C. Als Aufguss gegen Erkältungen. Blätter und blühende Spitzen zerquetschen und als Umschlag bei Quetschungen verwenden. Zur Wundbehandlung als Salbe.

Verwendung in der Küche

Blatt zum Würzen auf Fleisch reiben.

23. RETTICH (*Raphanus sativus*)

Verwendung: Wurzel

„Hier der Rettich mit mächtiger Wurzel und der Blätter breitem Dach überhöht, ist im letzten der Beete zu sehen. Ziemlich scharf ist die Wurzel, gegessen besänftigt sie aber Husten, der dich erschüttert, und Trank aus zerriebenem Samen heilet gar oft das Leiden derselben verderblichen Krankheit ...“

Verwendung als Heilmittel

Vor allem der Schwarzrettich ist ein altes Hausmittel gegen Husten.

Verwendung in der Küche

Die verschiedenen Rettich-Sorten sind Kulturformen, die sich durch Grösse und Farbe der Wurzeln unterscheiden. Der Rettich ist eine Heilpflanze im eigentlichen Sinn. Er ist arm an Nährwert und schlecht verdaulich.

Seit dem Altertum bekannt

Griechische und römische Ärzte verordneten Rettich gegen Hustenreiz.

24. ROSE / DAMASZENERROSE (*Rosa damascena*)

Alte rotblühende Form

Blütezeit: Mai bis Herbst / Verwendung: Blütenblätter und Früchte

„Als bald an Kraft und Duft, wie man sagt, so weit überstrahlte, dass man mit Recht als die Blume der Blumen sie hält und erklärt. Sie erzeugen ein Öl, das nach ihrem Namen genannt wird. Wie oft dieses zum Segen der Sterblichen nützlich sich zeigt, - keiner der Menschen vermag es zu wissen oder zu sagen ...“

Verwendung als Heilmittel

Von der Blüte Öl, mit anderen Ölen vermischt, bei Massage zur Belebung der Blutzirkulation. Bei Bindehautentzündungen Augen mit Rosenwasser besprengen. Die Hagebutte erhält die Vitamine B, E und K, **besonders aber C**. Als Tee oder Sirup einnehmen.

Verwendung in der Küche

Blütenblätter verwenden, deren bitteren, weissen Ansatz entfernt ist. In Salate, Apfel- oder Kirschenkuchen, Sirup, Gelees, Essig, Sorbet und Süssigkeiten. Als Garnitur kandieren. Süssigkeiten und Drinks mit Rosensirup verfeinern. Hagebuttenkonfitüre.

Mythische Bedeutung

Die Rose brachte Künstlern, Kriegern und Liebenden in jedem Land Inspiration. Kleopatra verführte Antonius knietief in Rosen, und römische Bankette wurden mit Girlanden aus Rosenblättern behängt.

Wichtiger Hinweis

Kräuter sind sehr wirksame Heilmittel. Wenn sie missbraucht werden, können sie Schaden anrichten. Bevor Sie ein Kräuterrezept versuchen, probieren Sie zuerst in kleiner Menge. Machen Sie keine Selbstdiagnose. Verwenden Sie Heilkräuter nicht ohne professionellen Ratschlag eingeholt zu haben.

Quelle:

- *Kräuter aus dem Klostergarten von Hans Dieter Stoffler
Wissen und Weisheit mittelalterlicher Mönche*
- *Das große Buch der Kräuter von Lesley Bremnes*
- *Geheimnisse und Heilkräfte der Pflanzen von „Das Beste aus Reader's Digest AG“, Zürich*
- *Kräutergarten zu Allerheiligen, Museumsverein Schaffhausen, 2003*

Anmerkung von Seiten des Gartenpfades Osterfingen

Der Text zur Beschreibung und Anwendung der Pflanzen (verfasst 2004) wurde uns freundlicherweise von **Frau Erika Scheuch, D-Stühlingen** zur Verfügung gestellt. Herzlichen Dank! Gartenpfad Osterfingen, Mai 2020.