

# Tat Hus

Heilkräuter  
kennenlernen  
Seite 13

Tu Hus

Sonnabend, 25. Mai 2019 13

## Gegen brennende Nesseln hilft Spitzwegerich

Kinder sammeln Heilkräuter mit dem Apelerner Heimatverein

Auf Entdeckungstour der ungewöhnlichen Art ist ein gutes Dutzend Kinder auf der Apelerner Streuobstwiese gegangen. Mutig fassten Jost und Hanna Brennnesselblätter an; Cecile jubelte über gefundenen Giersch; Zoé fand winzige Eier auf einem Löwenzahnblatt. Das neue Gespür für Natur hat der Apelerner Heimatverein geweckt. Expertin Monika Liptow erläuterte den Mädchen und Jungen die Bedeutung von Heilkräutern.

Anfangs warnte allerdings Anika Brockmann vor unbedachtem Handeln: „Wer will schon von Hunden vollgepillerte Brennnesseln haben?“ Und auch Monika Liptow führte die Gruppe schnell von einem Ackerrand weg: Der Wind weht Spritzmittel auch schon mal ein Stück da-

von. Doch anderswo gab es in Wiese und Wald bald genug zu finden. Die Kinder lernten, wie sie schadlos Brennnesselblätter pflücken müssen. Und falls die kleinen Härchen doch einmal die Haut röteten, war zerkrautschter und mit ein bisschen Spucke angereicherter Spitzwegerich gleich das beste Heilmittel. Dessen grüne Blätter fanden ganz besondere Beachtung: Gefüllt in ein großes Einweckglas und ergänzt durch einige Schichten Honig kam dies in ein genau einen Meter tiefes Erdloch. In drei Monaten graben die Kinder den Natur-Schatz wieder aus. Er ist dann zu Hustensirup geworden. Dagegen kamen die Blätter von Löwenzahn, Brennnessel und dem besonders vitaminreichen Giersch bald nach Rückkehr auf



Keine Scheu vor  
Brennnesseln: Im  
Nu fanden die  
Kinder allerlei  
nützliche Kräuter.

den Tisch – als Salat und als mit Butter gemischter Aufstrich für das Stockbrot. Besonders der Giersch hat es Monika Liptow angetan: „Da sind mehr Vitamine und Mineralstoffe drin als in einem Kopf Salat.“ Sie verriet

übrigens noch weitere Pläne, die mit jungen Einwohnern in die Tat umgesetzt werden sollen. Auf einem kleinen Stück Gartenland könnten bald seltene Kartoffelsorten wachsen.

Text/Foto: al