Alle Wiesen und Matten
alle Berge und Hügel
sind Apotheken

Paracelsus

Bärlauch (Allium ursinum)

Lange vor der Industrialisierung wussten die Menschen dass Pflanzen Lebewesen sind die Wirkstoffe in sich tragen die Menschen heilen und auch umbringen können. Dieses Wissen wurde von Generation zu Generation als Erfahrungswissen weitergeben. Hausmittel zur Stärkung oder um Krankheiten zu vertreibe wurden hergestellt. Auch Getränke wie Bier und Wein wurden mit Pflanzen aromatisiert. In Schlösser und adeligen Wohnräumen verlieh der Pflanzenduft eine neue Duftnote.

Das Kräutersammeln fand über das ganze Jahr statt. Viele Nahrungsmittel und Hausmittel wurden aus frischen oder getrockneten Pflanzen selbst hergestellt.

Auch heute werden die ersten spriessenden grünen Blätter bis vor der Blüte vom Bärlauch in den Auenwälder gepflückt, kleingeschnitten auf Brote, in Suppen, Saucen, Salate und Fleischgerichte gestreut. Der Anwendung von frischem Bärlauch in der Küche sind keine Grenzen gesetzt.

Der Schweizer Naturarzt Kräuterpfarrer Künzle lobte diese Pflanze als Heilpflanze ganz besonders.

Sie reinigt den Leib, treibt kranke verstockte Stoffe aus, macht gesundes Blut, vertreibt und tötet giftige Stoffe.
Kränkelnde Leute mit Flechten, Aissen, Mehlgesichter und rheumatischen Erkrankungen sollen den Bärlauch wie Gold verehren. Kein Kraut der Erde sei so Wirksam zur Reinigung von Magen, Gedärme und Blut. Die jungen Leute würden aufblühen wie Rosenspaliere und aufgehen wie ein Tannenzapfen an der Sonne.

Anwendungsarten – Bärlauch

Als Würze: wie Schnittlauch oder Petersilie kleingeschnitten

Bärlauchwein: Eine handvoll geschnittene Blätter kurz in ein 1/4 Liter Weisswein aufkochen, nach Geschmack mit Honig oder Sirup süssen, tagsüber langsam Schluckweise trinken.