

# Vielfalt statt Einfalt

## 1. Baden-Württembergischer Wildkräuterkongress

Die Zukunft gestalten mit einer guten, gesunden Ernährung und Lebensweise, die im Einklang steht mit der Natur und den dort wachsenden Wildpflanzen. Das ist eines der Ziele des Vereins Kräuterpädagogen Baden-Württemberg, das sich in Vorträgen und Workshops des 1. Baden-Württembergischen Wildkräuterkongresses in der Kulturscheune Teurershof in Schwäbisch-Hall widerspiegelte. Rund 200 Teilnehmer kamen aus nah und fern.

**G**igantisch, dass die Vision zur Wirklichkeit wurde“, freute sich die Vorsitzende der Kräuterpädagogen Baden-Württemberg, Helga Hennebold, über diesen ersten Kongress. „Ein Miteinandertag“ von Kräuterpädagoginnen und -pädagogen und vielen Interessierten war der Tag für Claudia Nafzger, zweite Vorsitzende, Geschäftsführerin des Vereins und treibende Kraft bei der Organisation des Kongresses. Um die Chancen, die essbare Wildkräuter für die Menschheit bieten, ging es in vielen Nuancen.

Gerlinde Kretschmann, die Gattin den baden-württembergischen Ministerpräsidenten und Schirmherrin des Kongresses, outete sich als sehr interessiert am Thema Wildkräuter. Sie ließ ihr Redemanuskript beiseite und sprach sehr gefühlvoll und charmant über ihre Neugier am Thema, über viele Kräuter, die eigentlich nicht nur Wildkräuter, sondern sogar „Edelkräuter“ heißen müssten. „Sie sind zwar oft klein und unscheinbar, aber doch nützlich und wunderschön“, sagte sie. Die Wegwarte sei eine ihrer Lieblingsblumen, der Giersch ihr Lieblingswildkraut. „So viel kann ich gar nicht davon essen, um seinem Wachstum nachzukommen“, gestand sie ein.

### „Essbare Wildpflanzen sind die allerehrlichsten Lebensmittel“

Die essbaren Wildpflanzen – neben Kräutern gehören Stauden, Sträucher und Bäume dazu – sind für Dr. Markus Strauß aus Stuttgart, Biologe, Buchautor und Unternehmer (Simply wild), die allerehrlichsten Lebensmittel und aktive Gesundheitsvorsorge zugleich, sie schaffen eine intakte Umwelt und bedeuten nachhaltige Landwirtschaft. Richtige „Superfoods“

seien viele heimische Pflanzen, wie Hagebutten, Sanddornfrüchte, Aroniabeeren oder Gojibeeren, die früher als „Bocksdorn“ für giftig gehalten wurden. Ebenfalls als giftig gelten die Beeren des Roten Schneeballs. „Aber in Kasachstan sind sie ein Herzheilmittel und stehen auf dem Speiseplan“, erläuterte er. Die verarbeitete Form dieser Pflanzen in Säften, Limonaden, Sirups, Likören, Essigen und vielem mehr erhöhe die kulinarische Vielfalt.

### Altes Kräuterwissen in den modernen Alltag integrieren

Sein Ziel ist die (Re-)Integration der Wildpflanzen in die Alltagskultur. „Für die Steinzeitmenschen war das Wissen um essbare Wildpflanzen existenzentscheidend“, erinnerte er an unsere oft vergessenen Wurzeln. Die wenigen Untersuchungen, die zu diesem Thema vorliegen, zeigten, dass viele Wildpflanzen fünf- bis zehnmal mehr Vitalstoffe als Kulturpflanzen enthielten. So sei Giersch sehr eiweißhaltig und befördere Harnsäure aus dem Körper, die sich durch schlechtes Fleisch bilde. Es gebe noch ganz viel zu entdecken hinsichtlich der Wildpflanzen und ihrer Möglichkeiten für den Menschen.

Die Schaffung von essbaren Landschaften ist ein weiterer Ansatz seines Tuns. „Vielfalt statt Einfalt“, „Aufbau statt Raubbau“ und „Klasse statt Masse“ sind seine Schlagworte dafür. Der Referent verwies auf ein Beispiel in Bayern. Ein ehemaliger „Hochleistungsmaisacker“ sei zu einer parkähnlichen Landschaft umgestaltet worden mit essbaren Pflanzen. Ein solches Projekt, das er über eine Stiftung im Raum Stuttgart verwirklichen wolle, sieht er auch als Wiederbelebung des mittelalterlichen Allmende-Gedankens. Arme durften dort ihr Vieh weiden und ernten. Heute könne es zum sozialen Ausgleich in einer sich polarisierenden Gesellschaft beitragen. Eine solche essbare Landschaft weise zudem ästhetische Schönheit auf. Er ist überzeugt, Mitstreiter mit der nötigen finanziellen Ausstattung für sein Projekt zu finden. In der Zeit von Orientierungslosigkeit möchten Leute etwas Sinnvolles mit ihrem Geld anstellen, Landbesitzer sind aufgeschlossen, für sinngebende Projekte Äcker oder Nutzungsrechte zu übertragen.

Mit herrlichen Bildern brachte die Biologin, Autorin, Fotografin und Illustratorin Dr. Rita Lüder aus Niedersachsen die Faszination Wildpflanzen nahe: Mit welcher Kraft Sauerklee oder Storchschnabel ihre Samen schleudern können oder dass eine Klatsch-

mohnkapsel 2000 bis 5000 Samen enthält, die 150 Jahre lang keimfähig bleiben. In einem der acht Workshops des Nachmittags konnten Interessierte ihr Wissen bei Rita Lüder vertiefen und lernen, wie man Pflanzen wissenschaftlich bestimmt.

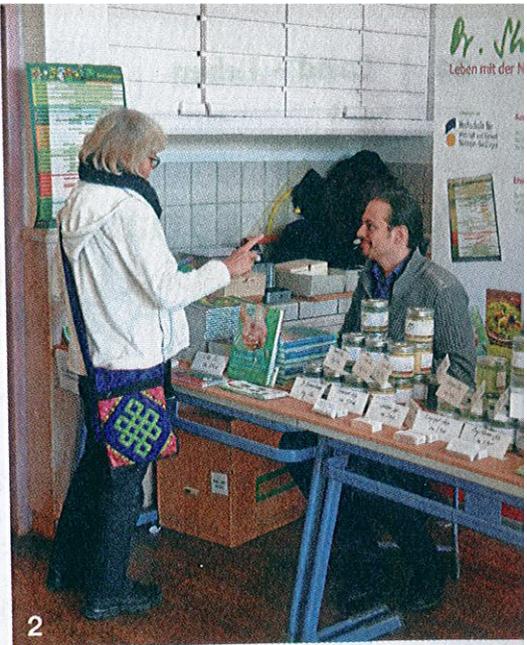
Kräuterpädagogin Monika Wurft aus Schiltach schlenderte mit ihren Workshopteilnehmerinnen durch die angrenzenden Wiesen und hatte den einen oder anderen Tipp. Beispielsweise zu den Vitamin-C-Bomben im Frühjahr. Dazu gehören viele Kreuzblütler, wie die Knoblauchsrauke, oder auch das Hahnenfußgewächs Scharbockskraut – „bevor es blüht“. Schafgarbe ist ein Allroundheilkraut, das positiv auf Leber, Magen und Galle wirkt, bei Verdauungsproblemen hilft, Blutungen stillen kann, Frauenleiden lindert und allgemein entspannt. Markus Gastl (www.hortus-insectorum.de) erklärte engagiert das Modell seines „Drei-Zonen-Gartens“, bei dem er Ertrag sowie Natur verbindet. Tipps für die Anlage von Blühflächen im Umfeld jedes einzelnen vermittelte Maik Romeikat vom Netzwerk Blühende Landschaft (www.mellifera.de), während Reinhold Schneider (www.rosenhof-taubertal.de) seine Erfahrungen über den biologischen Anbau von Wildkräutern und -rosen weitergab. Grüne Smoothies richtig zubereiten, war Workshopthema von Dr. Strauß, während Claudia Nafzger mit den Hinweisen zur Vermarktung von Kräuterwissen den rationalen Aspekt bediente. | dgh ■

➔ Mehr über den Verein unter [www.kraeuterpaedagogen-baden-wuerttemberg.de](http://www.kraeuterpaedagogen-baden-wuerttemberg.de)

## + ZUM THEMA

### Die Kräuterpädagogen

Kräuterpädagogen beschäftigen sich sowohl mit der traditionellen Kräuterkunde als auch mit der Ethnobotanik, den heimischen, nicht kultivierten Nahrungs- und Heilpflanzen. Traditionelles Wissen wird dem heutigen biologischen und medizinischen Verständnis von Ernährung und Medizin angepasst. Dabei soll die Artenvielfalt erhalten werden. Der Bezeichnung liegt eine 14-monatige Qualifizierung und mit abschließender Prüfung und Zertifikat zugrunde. Die ersten Kräuterpädagogen des Vereins machten ihren Abschluss 2008. ■



1 Der Vorstand der Kräuterpädagogen Baden-Württemberg mit Schirmherrin des Kongresses (v. l.): Evi Kletti, Karin Öchsen, Martina Schwarzbürger, Christa Scherhauser, Gabi Gläser, Gerlinde Kretschmann, Helga Hennebold, Helga Häbich, Claudia Nafzger. | 2 Fachsimeln auf dem angeschlossenen „Marktplatz“. | 3 Charmant: Schirmherrin Gerlinde Kretschmann. | 4 Visionär: Dr. Markus Strauß. | 5 Kenntnisreich: Dr. Rita Lüder. | 6 Zum Probieren: Wildpflanzenaufstriche am Stand der Kräuterpädagogen Baden-Württemberg. | 7 Vorstandsmitglied Gabi Gläser erklärt die Produkte der Mitglieder des Verbands. | 8 Das können die Kräuterpädagogen: Plakat am Eingang der Kulturscheune Teurershof. | 9 Kräuterpädagogin Monika Wurft (mit Hut) vermittelt Kräuterwissen im Rahmen eines der Workshops,... | 10 ... unter anderem zur Taubnessel. | Fotos: Ganning-Hauck

