Waldmeister

Waldmeisterblätter
Der typische Waldmeisterduft entwickelt sich in den Blättern erst, wenn sie welken.

Andere Namen: Maikraut

Engl.: Woodruff; Franz.: Aspérule odorante

Aussehen:

Wurzel : dünn und spindelförmig, kriechend.

Stengel : vierkantig, grün, aufrecht.

Blätter : lanzettenähnlich, hell- bis mittelgrün.

Höhe : bis zu 30 cm.

Blüte : sternförmig, Duft verströmend, weiß.

Blütezeit : Mai/Juni.

Früchte : kleine kugelige Klettenfrüchte, die jeweils 2 Samen enthalten.

Verbreitung:

Europa, bis in Höhen von 1 400m, Sibirien, Nordafrika.

Geschichte:

854 berichtet der Benediktinermönch Wandalbertus aus Prüm in der Eifel, daß er und seine Brüder den Mai mit einer Waldmeister-Bowle begrüßten.

Anmerkungen:

In anderen Ländern gilt W. als "deutsches" Gewürz".

Wirkstoffe:

Cumaringlykosid verwandelt sich beim Trocknungsprozeß in das duftende Cumarin, das allerdings - in größeren Mengen genossen - giftig ist.

Außerdem: Gerbstoffe, Bitterstoffe und Vitamin C.

Anbau

Garten/Haus : ausdauernd, winterhart.

Wildwachsend : in schattigen Laubwäldern, besonders häufig in Buchen- und Laubmischwäldern.

Vermehrung : W. ist Frostkeimer, benötigt zum Keimen zumindest kurzen Frost. Deswegen wird W. entweder im Herbst gesät oder im Februar in Töpfe, die dann dem Frost ausgesetzt werden. Im Herbst kann - das ist einfacher - auch durch Wurzelteilung vermehrt werden.

Im Garten : in lockerem Boden, halbschattig. Abstand 10 x 10 cm.

Im Haus : gut im Haus geeignet; duftet sehr stark.

Pflege : benötigt viel Feuchtigkeit. Im Herbst mit Laub und Moos abdecken. Jäten, nicht hacken (damit die kriechenden Wurzeln nicht beschädigt werden), wässern.

Ernte:

Im ersten Wachtumsjahr sollte nicht geerntet werden, weil die Wurzeln stark leiden.

Unbedingt vor der Blüte (Mai) pflücken und einige Tage welken lassen, erst dann entfaltet er seine volle Würzkraft.

Aufbewahrung:

An warmer Stelle ausstreuen und mehrfach wenden; vor Licht schützen, sonst verfärben sich die Blätter.

In luftdicht verschließenden Gläsern aufbewahren.

Verwendung

Gesundheit:

Wird in der Pharmazie- und Parfümindustrie eingesetzt.

Im Mittelalter Heilpflanze gegen Krämpfe, Entzündungen, Gallen- und Nierensteine.

Auch jetzt sagt man Waldmeister beruhigende und krampflösende Wirkung zu.

Zu hohe Dosen führen zu Übelkeit und Erbrechen.

Tee: gegen Leber - und Galllenleiden.

Gebrauch:

Vertreiben Motten.

Verwendungs- und Handelsform: Frische oder getrocknete Blätter.

Geschmack: Waldmeistergeschmack

In der Küche:

Weltweit kennt man die Maibowle, die als urdeutsches Getränk bezeichnet wird und ohne Waldmeistergeschmack nicht denkbar ist; dazu pflückt man die Blätter 2 - 3 Tage vor Gebrauch und läßt sie etwas trocknen.

Außerdem stellt man einen Sirup daraus her, der mit Wasser verdünnt gern von Kindern getrunken wird.

In Frankreich mit Sekt, in der Schweiz als "Benediktiner".

In Nordeuropa würzt man Räucherfleisch und Würste mit W.