

„Aufessen statt ausrotten“ – Unkräuter zum Genießen !

Das Forum Ökologie bei der Landesgartenschau in Rosenheim

„Das wächst bei mir im Garten, wie heißt das - kann man das wirklich essen“? so die häufigsten Fragen beim Wildpflanzen-Quiz am Aktionsstand des F.Ö. Traunstein.

Spätestens bei den leckeren Kostproben und raffinierten Zubereitungen mit Wildkräuterquark, Brennesselquiche und Gierschbowle waren die zahlreichen Besucher überzeugt, dass „Unkraut“ aus dem Garten sehr gut schmecken kann und viel zu schade ist um es auszurotten.

Als Partner der "Umweltbildung Bayern" präsentierte sich das Traunsteiner Forum Ökologie e.V. am Wochenende im Aktionspavillon des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Gesundheit, zum Thema "Natur- und Artenschutz" bei der Landesgartenschau mit der Aktion "Unterschätzte Unkräuter aus dem Garten."

Unter der Leitung von Diplom Ökotrophologin Brigitte Huber konnte das Team aus den Wildkräuterexperten Dr.U. Künkele, B.Garnweidner und der Heilpraktikerin B. Sachs die Bedeutung der Wildpflanzen für Umwelt, Gesundheit und Genuss erfolgreich vermitteln.

Noch immer werden in deutschen Hausgärten tonnenweise Pestizide eingesetzt um Unkräuter auszurotten. Doch Wildpflanzen bieten Lebensraum für viele nützliche Insekten, die das natürliche Gleichgewicht im Garten erhalten und Schädlinge beseitigen.

Wildpflanzen, die seit jeher eine wichtige Rolle in der Naturheilkunde spielen, werden heute in der Ernährungsmedizin erforscht: „Es sind Kraftpakete an gesundheitsfördernden Inhaltsstoffe! Der unbeliebte Giersch z.B. enthält 20 mal mehr Vitamin C als Kopfsalat und deckt mit einer Portion den Tagesbedarf an Vit. B2, das intensive Aroma von Dost und Gundermann kommt vom hohen Gehalt an ätherischen Ölen, die wegen ihrer verdauungsfördernden Wirkung geschätzt werden“ –, so Ernährungsexpertin B. Huber die sich seit vielen Jahren mit den gesundheitsfördernden Wirkungen der sekundären Pflanzenstoffe beschäftigt und so auf Wildpflanzen aufmerksam wurde.

Außerdem bieten Wildpflanzen auch neue interessante Geschmackserlebnisse :

Rosenblütenbutter, Lavendelzucker, und Mädesüßbowle mit bunten Blüteneiswürfeln begeisterten als duftende, farbenfrohe „Hingucker“ und sorgten für reißenden Absatz, ebenso wie die „Wilden Waffeln“ von A. Kiermeier und die Dostsemmeln von B. Meier, die mit großem Engagement trotz hochsommerlicher Temperaturen nicht müde wurden die Kostproben anzubieten.

„Das muss ich zu Hause gleich ausprobieren, der Giersch wandert ab sofort in den Kochtopf , ich bin neugierig geworden und möchte noch mehr über Wildkräuter wissen“ – aufgrund der vielen positiven Rückmeldungen werden die Mitarbeiterinnen des F.Ö. Brigitte Huber und Anneliese Kiermeier nun dauerhaft Informationen, Bücher, und Rezepte zum Thema Wildpflanzen anbieten.

Die besten Rezepte der Landesgartenschau-Aktion sind ab sofort erhältlich im Umweltberatungsbüro in der Gabelsbergerstraße 8 in Traunstein zu den Öffnungszeiten. Mo – Mi. 9 – 12 und Mo., Di., zusätzlich von 13.- 14.30 Uhr.