

❁ Von der Muse geküsst

Strahlend weiß thront sie hoch oben auf dem Hügel von Montmartre – die Basilika Sacré-Cœur. Wer sie erreichen will, muss Hunderte der steilen Stufen erklimmen. Dann bietet sich zur Belohnung ein fantastischer Ausblick über Paris und in die alten Gassen des Stadtteils, der schon im 19. Jahrhundert das Eldorado der Künstlerszene war.

Van Gogh, Renoir und Picasso sind nur einige von vielen, die in Montmartre ihrem ausschweifenden Lebensstil nachgingen. Ein Getränk, dem sie dabei sehr zugesprochen haben sollen, war Absinth, ein Kräuterschnaps, der traditionell aus Wermut, Anis und Fenchel hergestellt wird. Von Ersterem erhielt er auch seinen Namen: »Artemisia absinthium«. Dem Schnaps wurden berauschende Fähigkeiten nachgesagt und die Beflügelung der Kreativität. Wenn man ihn trank, so hieß es, erscheine einem die »grüne Fee«. Baudelaire schrieb über ihn: »Absinth gibt dem Leben eine feierliche Färbung und hellt seine dunklen Tiefen auf.« Van Gogh soll sich im Absinth-Rausch ein Stückchen seines rechten Ohres abgeschnitten

haben. Was verbirgt sich hinter diesem geheimnisvollen grünen Getränk, das 1923 in Deutschland verboten wurde? Wermut enthält das Nervengift Thujon, welches in hohen Mengen konsumiert zu Schwindel, Wahnvorstellungen und sogar Blindheit führen kann.

Eigentlich aber, so fanden Wissenschaftler heraus, war die Konzentration von Thujon in diesem beliebten Getränk viel zu gering, als dass sie eine derartige Wirkung haben könnte. Vielmehr sei es die Menge an Alkohol gewesen und dessen schlechte Qualität, die manch einen Künstler um den Verstand gebracht habe. Viel Lärm um nichts könnte man sagen, aber die Version mit der »grünen Fee« klingt doch auch viel spannender als ein banales Saufgelage.

1991 wurde Thujon in bestimmten Konzentrationen wieder freigegeben. Das Scien-



➔ BUCHTIPP

Mein Kräuterbuch

Die Autorin Marie-Luise Kreuter ist langjährige Gärtnerin aus Leidenschaft. In ihrem Buch gibt sie hilfreiche Tipps zum Anlegen und Gestalten eines Kräutergartens, zu Ernte und Aufbewahrung. Außerdem finden Sie ausführliche Pflanzenporträts zu allen wichtigen Heilkräutern und Gewürzen. Zahlreiche Rezepte zum Nachmachen runden das Werk ab.

Autorin: Marie-Luise Kreuter.
264 Seiten | 19,95 €



Online bestellen:

www.gesundbuchshop.de

ECHTER WERMUT // ARTEMISIA ABSINTHIUM

auch Absinth,



Interessanter Wirkstoffmix

Seine Heilkraft erhält Wermut durch die ätherischen Öle. In ihnen befinden sich u. a. Thujon

und Chamazulen. Thujon ist z. B. auch in Beifuß und Salbei enthalten. Außerdem befinden sich im Wermut Gerbstoffe, Bitterstoffe und Flavonoide. Achtung: Der ständige und zu starke Gebrauch von Wermut ist schädlich für die Gesundheit. Wer auf Korbblütler allergisch reagiert, sollte auf die Anwendung von Wermut verzichten. Auch während Schwangerschaft und Stillzeit darf Wermut nicht angewendet werden.

»Man wird wohl kaum ein besseres Magenmittel finden als den Wermut«

Sebastian Kneipp
(1821–1897)

tific Committee on Food der europäischen Kommission legte einen Maximalgehalt von 0,5 Milligramm pro Kilogramm fest. In alkoholischen Getränken liegt der

zulässige Thujon-gehalt bei maximal 35

Milligramm je Liter.

Wermut kann jedoch weitaus mehr

als be-

rauschen. In der

Naturheilkunde

setzt man ihn

meist bei Magen-

beschwerden ein: Die

Bitterstoffe des Wermuts

regen den Appetit an

und die Bildung von Verdau-

ungssäften. Das macht das

Kraut zu einem idealen Helfer, z. B.

nach fettreichen Speisen – Blähungen und

Völlegefühl wird vorgebeugt. Um den appe-

titanregenden Effekt des Krautes zu

nutzen, trinkt man zweimal täglich eine halbe Stunde vor dem Essen eine Tasse Wermuttee. Bei schlecht heilenden Wunden, Hautflechten und Insektenstichen kann eine Tinktur aus ab-

gekochtem Wermutkraut

auch äußerlich angewen-

det werden. Doch wie

kommen wir in den Ge-

nuss seiner Künste? Werm-

ut lässt sich bis in den

September hinein ernten.

Meist trifft man ihn auf

kargem Ödland wie

Schuttplätzen an, aber

auch am Wegesrand. Bis

auf die Wurzel kann das

ganze Kraut verwendet

werden. Wer nicht selbst

auf die Suche gehen möch-

te, findet Wermut in getrockneter Form oder als Presssaft im Reformwaren-Fachgeschäft.

Obwohl er vielleicht nicht für die geistigen Höhenflüge der Künstler verantwortlich war, sollten wir den Genuss von Wermut schätzen –

und das ohne die Beigabe von Alkohol. ♡ rsc

Bewährt bei ...

... *Appetitlosigkeit,*

Erkältung, Völlegefühl,

Grippe, Blähungen,

Krämpfen, Erbrechen,

Schwindel, Gallen-

koliken, Schwellungen,

Insektenstichen, Wunden,

Schwächezuständen

Bitterer Beifuß, Kittelkraut und Wurmtod genannt



TEE AUS WERMUTKRAUT

Für die Verdauung

Wer öfter unter Verdauungsbeschwerden mit leichten Magen-Darm-Krämpfen leidet, sollte es mal mit Wermuttee versuchen. Nehmen Sie hierfür 1 TL Wermutkraut (im Reformwaren-Fachgeschäft erhältlich) und übergießen Sie es mit ca. 150 ml sprudelnd kochendem Wasser. Spätestens nach 10 Min. sollte abgeseiht werden, denn Wermut hat einen sehr bitteren Geschmack.



Gebührenfrei anrufen.

☎ 0800-2033131



- Größte Modellauswahl in Deutschland
- Passt praktisch auf jede Treppe
- Über 80.000 verkaufte Liftas
- Eigener Kundendienst, 365 Tage im Jahr
- Deutschlandweit immer in Ihrer Nähe
- Zuhause mobil bleiben
- Sicher Treppenfahren

Wir zeigen Ihnen auch gerne ein Einbaubeispiel in Ihrer Nachbarschaft. Rufen Sie uns an.

Lifta

GUTSCHEIN

☐ Ja, schicken Sie mir meinen Prospekt – kostenlos und unverbindlich.

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Tel.-Nr.

Lifta GmbH, Abt. NAT, Horbeller Straße 33, 50858 Köln