

Saft und Chraft aus Maja's Chrüterstübli: Das Duftveilchen



«Eigentlich sollte ich ja ein kleiner, blauer Schmetterling werden. Doch als Gott mich bat, den Menschen als Pflanze zu dienen, da wurde ich ein Veilchen. So findet ihr meine kleinen blau-violetten Schmetterlinge an zarten, grünen Stielen. Im Frühling, wenn der Schnee gerade geschmolzen ist, wachse ich zusammen mit meinen Pflanzenschwestern in Mulden, Hecken

und an sonnig gelegenen Magerwiesen. Freundlich recken wir unsere Blütengesichter der Märzsonne entgegen. Unser Duft, den wir als besondere Gabe für unsere Bescheidenheit erhielten, ist süss wie der Frühlingstau und leicht, so leicht, dass er mit dem Wind auf die Reise geht. Er gaukelt um jede Nase, macht die Sinne leicht und ruhig und die Herzen weich und gesellig.»

Schöner kann man das Duftveilchen fast nicht beschreiben. Dieser eine Ausschnitt aus Adelheid Lings Buch zum Heilpflanzenjahr deutet auf poetische Art im Kern bereits an, was das Duftveilchen ist und was es kann. Beim Sammeln wird man in der Regel zuerst durch den Anblick des anmutigen Veilchens überwältigt und dann vom verströmenden Duft des Veilchens ganz und gar erfasst. Mich fasziniert zudem, dass ein so kleines Blümlein so eine Heilkraft hat und zudem so vielseitig zu gebrauchen ist.

Tee

Der Veilchentee wird bei verschleimtem Husten, Bronchitis, Lungenleiden und Hautkrankheiten eingesetzt. Für die Teezubereitung aus Veilchenblätter sind eine Handvoll grüne oder gedörrte Veilchenblätter mit einem Viertelliter heissem Wasser zu überbrühen und davon am Tag ungefähr drei Tassen schluckweise zu trinken.

Salbe

Die Herstellung der Salbe empfiehlt sich mit der Herstellung des Veilchenöls zu kombinieren (siehe Kasten). Für die Salbe ist das fertige Veilchenöl mit Bienenwachs zu erhitzen, bis der Bienenwachs geschmolzen ist. Die Mischung danach in Salbentöpfchen füllen und schon ist sie gebrauchsfertig. Auf 100 ml Öl braucht man 12 Gramm Bienenwachs.

Wildkräuterküche

Der Veilchenessig passt gut zu allen Blattsalaten und hat ausserdem noch eine hübsch violette Farbe. Zubereitung: 2 Handvoll Veilchenblüten in 7.5 dl guten Weissweinessig zwei Wochen ansetzen. Bei Bedarf dann einfach abfiltrieren und geniessen. TIPP: Der Veilchenessig kann übrigens auch als beruhigendes Getränk für Menschen mit Migräne und Nervenleiden gebraucht werden. Bei Bedarf ein Teelöffel Veilchenessig mit wenig Wasser trinken, das Ganze wiederholen, bis Besserung eintritt.

Nicht nur Essig gibt es: Die essbaren Veilchenblüten kann man problemlos über Salate streuen oder als kandierte Köstlichkeit auf einen Kuchen streuen.

Gut zu wissen

Die Blütenessenz aus Duftveilchen (in der Apotheke oder Drogerie erhältlich) ist für Menschen, die sehr schüchtern, zurückhaltend, unnahbar und einsam sind, gut geeignet. Die Essenz fördert die Fähigkeit, sich in Gesellschaften einzufügen, ohne die eigene Persönlichkeit zu verlieren.

Ausserdem: Die Veilchen, die auch als Lieblingsblumen der Frühlingsgöttin gelten, vermehren sich auch dank der Ameisen. Die Ameisen tragen die Samen fort und so können an anderen Stellen wieder Veilchen gedeihen.

Maja's Chrüterstübli
Fryberger Rösselerhof, Mandach
www.fryberger-roesselerhof.ch

Veilchenöl

Veilchenblüten
2,5 dl Olivenöl
ätherisches Rosenöl

Eine weisse, 2,5 dl grosse Glasflasche mit Veilchenblüten füllen und danach mit Olivenöl auffüllen. Die Mischung eine Woche am Licht ziehen lassen, dann das Öl mit den Veilchen erhitzen, bis es etwas einge-

Veilchenwein

50 g Veilchenblüten
1 Liter Weisswein
Galgant
Süssholz

50 Gramm frische Veilchenblüten sind in einem Liter Weisswein kurz aufzukochen und dazu mit Galgant und Süssholz (in der Apotheke erhältlich) zu

Veilchenblüten-sirup

150 g Blüten
1 Liter Wasser
1 kg Zucker

Für den Sirup sind zuerst 150 Gramm Blüten in einem Liter Wasser aufzukochen, anschliessend zehn Minuten zie-

dickt ist und anschliessend in saubere Töpfe füllen. Das Öl wird haltbarer, wenn man noch einige Tropfen reines ätherisches Rosenöl hinzugibt. Dieses Veilchenöl wird als Augeneilmittel eingesetzt. Wenn die Spannkraft der Augen und damit das Sehen nachlassen, kann man das Öl abends um die Augenlider und ums Auge herum auftragen – aber ohne damit ins Auge zu gelangen.

würzen. Die Menge des Gewürzes können Sie selber bestimmen, die einen bevorzugen es stärker, andere wieder schwächer. Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl. Der Duftveilchenwein hilft bei Melancholie, Verdross und starker psychischer Belastung. Jeden Tag über fünf Wochen ist am Abend vor dem Zubettgehen ein Gläschen davon zu trinken.

hen zu lassen und schliesslich abzusieben. Danach ein Kilogramm Zucker in der Flüssigkeit auflösen, nochmals kurz aufkochen und zum Schluss in saubere Flaschen füllen. Im Kühlschrank aufbewahren und bei Bedarf morgens und abends ein Esslöffel verabreichen. Dieser Sirup hilft vor allem bei starkem Husten und ist besonders gut für Kinder geeignet.