



# Eine Pflanze begehrt auf

In einem Hobbygarten beklagt eine Brennnessel ihr Dasein. Sie möchte dorthin, wo sie nicht nur als Dünger geschätzt wird. Ihr Sehnsuchtsort ist der Kräutergarten von Frau Elisabeth.

DANIELA MÜLLER

**D**abei habe ich mich so angestrengt. Den ganzen Winter über habe ich Kraft getankt und mich gefreut, nun aus der Erde zu schießen. Ich, Brennnessel, Jahrgang 2014. Aber mein Jahrgang tut nichts zur Sache. Ich bin kein Wein, der gehätschelt wird. Neben dem darf ich maximal stehen, damit sich Schädlinge nicht an ihm, sondern an mir vergehen. Also, vergehen würden. Denn ein bisschen habe ich mich gegen die Arroganz, die mir seit jeder entgegenschlägt, evolutionär gewehrt. Ich habe Haare, die brennen. Aber zurück zum Wein, dem hochnäsigen Nachbarn. Er wird immer gelobt. Nie kann er etwas dafür, wenn er sauer ist. Immer ist das Wetter schuld. Bei mir ist es egal, wie ich schmecke, weil das sowieso kaum wer weiß. Wo ich aus der Erde komme, bin ich selten willkommen. Dann rücken sie an, um mich zu würgen und aus dem Boden zu reißen, mit ihren dick gepolsterten Handschuhen. Meine Brennhaare sind da keine Genugtuung mehr, glauben Sie mir! Die größte Wertschätzung, die Brennnesseln erfahren, ist, in einem Eimer Wasser zu landen und dort so lang liegen zu müssen, bis sie stinken. Dann aber sind wir auf einmal wert-

voll. „Nein, ich verwende keinen Kunstdünger“, sagt dann der mit den dicken Handschuhen. „Alles bio!“ Als ob mir das noch was helfen würde.

Bio bin ich also. Halt, nur solange ich dort wachse, wo ich dem mit den Handschuhen nicht im Weg stehe.

Doch ich habe Verwandte, die haben die Sonnenseite erwischt, sage ich Ihnen! Dort gibt es kein Gewürgtwerden, die dürfen miten im Garten stehen und werden von der Besitzerin, Mayer heißt sie, sogar noch verwöhnt. Sie ist Kräuterexpertin und weiß, dass man mit uns mehr machen kann, als uns in einen Eimer Wasser zu schmeißen. Diese Frau Elisabeth nennt uns und unsere Nachbarn, den Erdholler, den Löwenzahn und den Beifuß, auch nicht Unkraut. Sie sagt „Beikraut“. Wie früher, als wir als Nahrungsmittel gedient hatten, als auf den Feldern gerade nichts zu ernten war. Damals, als man noch nach althergebrachtem Wissen anbaute und die Landwirtschaft nicht agrarindustriell bestimmt war. Das sind jetzt nicht meine Worte, aber Frau Elisabeth erklärt das den Besuchern, die zu ihr in den Garten kommen. Sie sagt auch Dinge wie „Schamanismus“ oder „Klosterwissen“, wenn sie den Leuten erklärt, woher sie das alles weiß. Wir Kräuter beobachten, dass immer mehr Neugierige zu Frau Elisabeth in den Garten kommen. „Wir

leben in einer Zeit, wo es uns drängt, unsere Wurzeln zu finden. Wir sind so weit weg von Mutter Erde“, sagt sie dann.

Dort im Garten dürfen wir und die anderen Beikräuter nicht nur wachsen, es werden sogar schöne Geschichten über uns erzählt. Frau Elisabeth nennt das den „feinstofflichen“ Aspekt, wenn sie nett zu uns ist und sich freut, wenn wir groß und viele werden. Wir Brennnesseln, so sagt sie, hätten hochwertige Eiweiße und Eisen und würden als vollwertiger Fleischersatz gelten. (Da schau her, Wein!) Und wenn es uns bei der Frau Elisabeth an den Kragen geht, dann sanft. Sie zupft uns so ab, dass wir ihr nicht einmal wehtun wollen.

Frau Elisabeth sagt zu ihren Gästen immer, bei ihr komme auf den Tisch, was die Wiese herbe. Gerade im Frühjahr hätten wir und die anderen Wildkräuter, die ebenso vom dicken Handschuh bedroht werden, viel Energie, betont sie immer. Von dem Nachbarn, dem Scharbockskraut, sagt sie, dass er voller Vitamin C sei und dass er früher ein Lebenselixier nach den kargen Wintermonaten gewesen sei. Wir übrigens auch! Wir würden entschlacken, das Blut reinigen und unsere Vitamine würden Lebensenergie zurückgeben. Wir nehmen Frau Elisabeth auch nicht übel, dass sie den Besuchern Tricks verrät, wie wir als Salat im Mund des Essers nicht

brennen (kurz überbrühen, sagt sie da immer). Und dass sie uns in die Fritteuse wirft, ist noch immer netter, als im Wassereimer dahinzugären. Wobei die braune Sauce (sie nennt sie Soja), die sie über uns gießt, auch etwas gewöhnungsbedürftig ist. Am liebsten schwenkt sie „uns Beikräuter“ in brauner Butter, weil wir so unser Eigenaroma am besten entfalten würden. Oder sie sagt etwas besonders schön Klingendes: „Als Salat zubereitet, tun sich Geschmackswelten auf.“ Frau Elisabeth betont immer wieder, dass eine Ernährung ohne Lebensmittelindustrie – was auch immer das ist – gut möglich wäre. Die Menschen müssten nur die Augen öffnen. Die Nahrungsmittel hätten sie vor ihrer Tür. Also Wein, sieh dich vor.

## INFO

Elisabeth Mayer betreibt in Lochen den Traumgarten Tannberg. Dort und in Wien am Cobenzl veranstaltet sie unter anderem Seminare, wie Wildkräuter in der Küche verarbeitet werden können. [www.kraeuter-fee.at](http://www.kraeuter-fee.at)

## CIABATTA & KRÄUTERAUFSTRICH

### CIABBATABROT

Zutaten:  
500 g Mehl Type 550  
1 Päckchen Trockenhefe  
1 TL Salz  
280 ml lauwarmes Wasser  
40 ml lauwarme Milch  
1 EL Olivenöl  
Mehl, Trockenhefe, Salz und Olivenöl vermengen und mit einem Handrührgerät gut durchkneten, dabei langsam die Milch und das

Wasser dazugeben. Auf der bemehlten Arbeitsfläche alles noch einmal mit den Händen durchkneten. Teig in eine bemehlte Schüssel geben, Klarsichtfolie darüberlegen und für ca. 1 Stunde im Backofen bei Ober-/Unterhitze bei 50° C gehen lassen. Anschließend nochmals auf der Arbeitsfläche durchkneten, kleine Laibe formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, zu-



Ciabatta, aufgepeppt mit schwarzen Oliven. BILD: SHOFOTOLIA

gedeckt 30 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 250° C vorheizen, eine feuerfeste Schüssel mit kochendem Wasser auf den Boden des Ofens stellen, Backblech auf mittlerer Schiene in den Backofen geben. 9 Minuten anbacken, dann auf 180° zurückschalten und noch 35 Minuten backen. Nach Geschmack kann man dem Teig auch ca. 35 g geviertelte Oliven oder getrocknete Tomaten hinzufügen.

### Kräuteraufstrich

Zutaten:  
1 Bund Dill  
1/4 Liter Milch  
1 Bund Petersilie  
1 Prise Salz, Pfeffer  
1 Bund Schnittlauch  
500 g Topfen  
Die Kräuter fein hacken, Topfen zuerst mit Milch, dann mit Kräutern, Salz und Pfeffer gut verrühren.