



Haushaltshelfer aus der Natur

Schuhe putzen mit Holunder: Nutzpflanzen neu entdecken

Gerade im Herbst sind viele Pflanzenfrüchte reif, die nicht nur im Garten schön aussehen, sondern auch im Haushalt nützlich eingesetzt werden können.

Von Dagmar Thiel

München (ddp). Bevor sie ihre schwarzen Lederschuhe mit zerquetschten Holunderbeeren einrieb, war Gertrud Scherf durchaus skeptisch. Der Botaniker Troost empfahl 1884 die stark färbenden Früchte des Schwarzen Holunders als Schuhputzmittel. „Es funktioniert aber tatsächlich. Einfach einige Beeren auf den Schuhen verreiben. Sie sind geruchlos und geben dem Leder einen tiefschwarzen Glanz“, sagt die Autorin, die viele Verwendungsmöglichkeiten von Nutzpflanzen in einem neu erschienenen Buch zusammengetragen hat.

Pflanzen wurden einst zum Färben und Reinigen von Wäsche, zur Abwehr von Schädlingen, als Ersatz für rare Nahrungs- und Genussmittel oder als Spielzeug für Kinder verwendet. So dienten getrocknete Birkenblätter als Tabakersatz, ausgehöhlte Holunderzweige wurden zu tollen Blasrohren für Kinder. „Das meiste ist leider in Vergessenheit geraten“, bedauert Scherf. Das liege auch daran, dass Informationen oft nur mündlich weitergegeben worden seien. Heute wüssten nur noch wenige alte Menschen, wie vielfältig Nutzpflanzen verwendet werden könnten.

Pflanzen und Pflanzenprodukte spielten früher eine wichtigere Rolle im Alltag der Menschen als heute. Erst als synthetische Farben und Waschmittel aufkamen, gerieten die Arbeitsweisen mit Pflanzenstoffen langsam in Vergessenheit. „Schon Anfang des 20. Jahrhunderts ist diese Tradition abgebrochen“, sagt Scherf. Von der einst unverzichtbaren Nutzung vieler heimischer Pflanzen künden heute nur noch Namen wie Besenheide, Färberginster, Glaskraut, Korbweide oder Zinnkraut. „Das Problem ist, dass die Herstellung von Produkten aus Nutzpflanzen oft eine Hundearbeit macht“, so Scherf.

Trotzdem sei es eine schöne Sache, Mittel selbst herzustellen, zumal die meisten Nutzpflanzen im eigenen Garten wachsen. Meist wird nicht die gesamte Pflanze verwendet, sondern nur Teile davon, zum Beispiel beim Seifenkraut der



Es funktioniert tatsächlich: Auf schwarzen Lederschuhen einfach einige Beeren verreiben. Sie sind geruchlos und geben dem Leder einen tiefschwarzen Glanz.
Foto: pixelio / knipselino

Efeu-Waschbrühe

○ Mit Efeu-Waschbrühe lassen sich vor allem dunkle Textilien aus Wolle oder Seide farblich auffrischen. Sie ist besonders einfach herzustellen: 40 Gramm frische Efeublätter mit drei Litern Wasser übergießen. Flüssigkeit zum Kochen bringen und zehn Minuten kochen lassen. Topf von der Kochstelle ziehen, Blätter

aus dem Wasser nehmen, mit einem Messer grob zerkleinern und dem Wasser wieder zugeben. Flüssigkeit weitere 15 Minuten kochen lassen. Waschbrühe abkühlen lassen und abseihen. Wäschestücke in der handwarmen Brühe einige Minuten einweichen, dann ausdrücken und mit klarem Wasser gründlich ausspülen.

Wurzelstock fürs Waschen, beim Färberginster die Blüten und jungen Zweige für das Einfärben oder beim Pfeifen gras der Halm zur Pfeifenreinigung.

Gertrud Scherf hat Anleitungen aus verschiedenen, zum Teil mittelalterlichen Quellen zusammengetragen und selbst ausprobiert. Gute Ergebnisse hat sie zum Beispiel mit dem Färben von Ostereiern erzielt: Die Farbe Gelb gewinnt sie aus den getrockneten Blüten der Färberkamille, Braun aus getrockneten Walnussblättern, Violett aus getrockneten Heidelbeeren und Grün aus getrockneten Brennnesselblättern.

Eine Waschbrühe aus Efeu- oder Seifenkraut ist besonders geeignet für dunkle Textilien

aus Wolle oder Seide, deren Farben durch die Behandlung aufgefrischt werden. Ein paar Pflanzenkenntnisse sind aber ratsam. „Efeu – insbesondere der Blättersaft – kann bei Berührung allergische Hautreaktionen auslösen“, warnt Scherf. Wer zudem Pflanzen benötigt, die nicht in jedem Garten wachsen, sollte sich an Apotheken wenden. „Nicht jeder möchte ja zum Beispiel in freier Natur nach der Wurzel des Seifenkrauts graben.“

Auch das Herstellen von Tinten, zum Beispiel aus Weißdorn oder Schlehdorn, funktioniert gut. „Das ist allerdings sehr arbeitsintensiv, dafür lässt sich die Tinte gut lagern“, sagt Scherf. Das Rezept: Die Zweige trocknen, die Rinde ablösen, mehrere Tage in Wasser einle-

gen und so oft kochen, bis sie völlig ausgelaugt ist. Noch etwas Rotwein dazu, eindicken lassen – fertig ist eine gute Schreibtinte. Das Originalrezept hat sie in den fast 1000 Jahre alten Schriften des Goldschmieds Roger von Helmshausen entdeckt.

Ältere Menschen erinnern sich noch aus Kriegszeiten wohl mit eher ungenuten Gefühlen an Kaffee-Ersatz. Für Eichel-Kaffee sollten im Herbst die frisch abgeworfenen Früchte eingesammelt werden, bevor sie sich verfärben. Die aus den Eicheln gewonnenen, zerkleinerten und gerösteten Samen werden in einer Kaffeemühle zu „Kaffeepulver“ gemahlen. „Eichel-Kaffee schmeckt wegen der vielen Gerbstoffe sehr herb, allerdings soll er laut Sebastian Kneipp auch sehr gesund sein“, sagt Scherf.

Auch wenn nicht alles gut schmeckt oder nur mit viel Aufwand herzustellen ist, liegt ihr vor allem daran, alte Methoden nicht in Vergessenheit geraten zu lassen. Die pensionierte Lehrerin erklärt: „Die Menschen sollten bedenken, wie bedeutsam die Pflanzenwelt immer schon war.“

Gertrud Scherf: „Alte Nutzpflanzen wieder entdeckt.“, BLV Buchverlag, 2008, 19,95 Euro, ISBN: 9783835402836.