

Wiesenerlei

Man muss nicht auf dem Land wohnen, um sich Zutaten zum Kochen aus der Natur zu besorgen. Andrea Kurtz wohnt in Döhren – und serviert regelmäßig allerlei Grünes von der Leinemasch.

Rezepte aus der Wildkräuterküche: Wir sind zu Gast bei Andrea Kurtz, die uns zeigt, was sich aus vermeintlichem „Unkraut“ alles zaubern lässt.



Hannvoer. Salat aus dem Supermarkt wird Andrea Kurtz in den kommenden Wochen und Monaten kaum noch kaufen. Dafür liegt die Leinemasch einfach zu nah an ihrem Wohnhaus in Döhren. Wenn es im Hause Kurtz Salat

gibt, dann landen
Scharbockskraut, Giersch,
Löwenzahn und Vogelmiere
auf dem Teller. Für das Auge
garniert Kurtz den Salat mit
Gänseblümchen,
Taubnesselblüten und
Märzveilchen. „So kann ich
auch die Kinder dafür
gewinnen“, sagt Kurtz.

Vor etwa zehn Jahren begann
Andrea Kurtz, sich mit
Wildkräutern zu beschäftigen.
Damals war ihre Mutter an
Blasenkrebs erkrankt. Kurtz
suchte nach Möglichkeiten,
den Heilungsprozess auf
natürliche Weise zu
unterstützen. Sie lernte, dass
Giersch, Löwenzahn und
Brennnesseln eine
blutreinigende Wirkung
haben, Vogelmiere das
Immunsystem stärkt, und dass
das nach Feldsalat
schmeckende Scharbockskraut
reich an Vitamin C ist.

Längst sind die Zeiten vorbei,
als Kurtz bei ihren
Spaziergängen mit Tibet-
Terrier Biene nur Unkraut in
den Wildkräutern am
Wegesrand sah. Mittlerweile
vergeht kaum ein Tag, an dem
sie nicht mit einem Korb
Grünzeug aus der Leinemasch
zurückkehrt. Über 100 Sorten
kann Kurtz mittlerweile

unterscheiden. Gesammelt wird nicht nur in den Frühlings- und Sommermonaten. Selbst im Winter findet Kurtz noch Vogelmiere und Taubnessel. Im Kühlschrank halten die Kräuter zwei bis drei Tage. Dann holt sie Nachschub.

Zu Hause bereitet Kurtz aus Löwenzahn, Knoblauchsrauke und Scharbockskraut frische Salate zu. Aus den jungen Trieben der Brennnessel kocht sie Risotto, Gemüsesuppe oder verwendet sie als Alternative zu Spinat. Giersch landet mit Bananen und Milch im Smoothie. Viele der gesammelten Kräuter trocknet Kurtz auf dem Dachboden – daraus macht sie Tee und Gewürze. Manchmal legt sie auch Gänseblümchen in Wasser ein und lässt sie mehrere Stunden ziehen, bevor sie das Getränk zu sich nimmt. „Das wirkt stimmungsaufhellend“, sagt Kurtz.

Ihr Wissen gibt Kurtz mittlerweile in Seminaren weiter. Wenn die 44-Jährige mit Gruppen durch die Leinemasch zieht, sind 20-Jährige genauso wie 80-Jährige dabei. „Die Jüngeren müssen sich das Wissen ganz neu erarbeiten“, sagt Kurtz. „Für die Älteren ist es oft eine

Rückbesinnung auf das, was
sie aus ihrer Jugend kennen.“

*Am Sonntag, 27. April, ist
Andrea Kurtz mit
Seminarteilnehmern in der
Leinemasch unterwegs.
Anschließend wird
gemeinsam gekocht. Wer
mitmachen will, zahlt 59 Euro
und meldet sich per E-Mail
unter
info@wildkraeuterlich.de
oder telefonisch unter (01 74)
3 32 39 90 an.*

HAZ v. 22.03.2014