

# Kräuter in der Natur: Miesbacher

# Kräuterpädagogen

Am liebsten fängt Ulla Menke ihre Kräuterwanderungen mit einem Spiel an. Nichts Kompliziertes, kein Quiz, bei dem Kniffliges abgefragt wird. Ulla Menke lässt die Teilnehmer einfach nur eine Pflanze beschreiben, irgendeine aus dem vielfältigen Angebot auf Wiesen und an Wegesrändern. Sie will, dass sie genau hinschauen auf Blätter, Blüte und Stängel, vielleicht auch ihren Geruch wahrnehmen. Es geht nicht um richtig oder falsch. Vielmehr schärft die Übung den Blick für die Unterschiede. „Und das ist wichtig, wenn man Kräuter in der Natur sammelt“, sagt die Miesbacherin. Schließlich soll nicht das Falsche im Korb landen.



Mit diesem spielerischen Einstieg in die Gruppe ist sie schon mittendrin im Thema, das Sammeln beginnt. Je nach Jahreszeit ist jede Wanderung anders. Neues sprießt, anderes verblüht. Im Frühjahr sind vor allem Gundermann, Gänseblümchen, Giersch, Spitzwegerich, Wiesenschaumkraut, Knoblauchsrauke oder auch Klee an der Reihe – alles heimische Kräuter, die nicht nur bei Ulla Menke zuhau-

se regelmäßig im Salat oder als Gemüse auf dem Tisch landen. Auch zu ihren Wanderungen gehört eine Kostprobe als krönender Abschluss und als Beispiel dafür, wie die Kräuter im Quark oder auf dem Brot schmecken. Nämlich ziemlich gut. „Selbst Kinder, die sonst mit Kräutern nichts am Hut haben, essen sie in der Regel gern.“

Wenn Ulla Menke zwei bis drei Stunden mit ihrer Gruppe unterwegs ist, bespricht sie höchstens sieben oder acht verschiedene Pflanzen, die aber intensiv. Sie erzählt Geschichten, Mythen und Legenden dazu und gibt Tipps und Rezepte mit nach Hause. Sie ist eine von 26 ausgebildeten Kräuterpädagogen im Landkreis Miesbach und zugleich Vorsitzende des Arbeitskreises, in dem sie sich zusammengeschlossen haben.

Für Erwachsene, Kinder und auch Schulklassen bieten die Expertinnen regelmäßig Kräuterwanderungen an. Schwerpunkte ihrer Arbeit sind sowohl die traditionelle Kräuterkunde als auch die Ethnobotanik, die sich mit dem Vorkommen und der Verwendung von einheimischen nicht kultivierten Nahrungs- und Heilpflanzen befasst.

Infos und Angebote bei Ulla Menke unter Telefon 08025 995356 oder unter [www.miesbacher-Kraeuterpaedagogen.de](http://www.miesbacher-Kraeuterpaedagogen.de). Hinweis: Die Kräuterpädagogen präsentieren sich am Samstag, 5. Juni, und am Samstag, 7. August, auf der Landesgartenschau in Rosenheim. Ihr Thema: Konservierungsmöglichkeiten der Wildkräuter und -früchte.