



## FASZINIEREND

## Duft- und Geschmacksstoffe aus der Natur

Wenn Du aufmerksam durch den Garten oder die Natur gehst, wirst Du bemerken, dass viele Pflanzen einen angenehmen, zum Teil recht blumigen, würzigen Geruch oder Geschmack besitzen, andere stinken und würden wohl auch furchtbar schmecken. Unterschiedliche Pflanzenteile können diese Duft- und Geschmacksstoffe beinhalten. Sie haben ganz unterschiedliche Funktionen für die Pflanze.

**B**lüten locken damit oft Bestäuber wie z. B. Insekten an, damit sich später Früchte entwickeln können. Pflanzen schützen sich aber auch mit diversen Duft- und Geschmacksstoffen oft vor Schädlingen wie etwa Blattläusen. Viele dieser Pflanzen sind alte Heil- und Gewürz-

pflanzen und werden zur Herstellung von Kräutertees, Medikamenten und zum Würzen von Speisen genutzt. Aber auch in der Kosmetikindustrie sind sie bei der Herstellung von Parfüms und anderen Kosmetikprodukten nicht mehr wegzudenken.

Christian Puschner

## Jetzt bist Du dran!

### KRÄUTERTEE HERSTELLEN

**Du brauchst** kleiner Korb, Schere, 2 Handvoll frische Blätter z. B. der Zitronenmelisse oder Pfefferminze (reicht für einen Liter Tee), Brett, Küchenmesser, Topf, Wasser, Teekanne, Sieb

Viele der duftenden Kräuter im Garten kannst du ernten und mit ihnen direkt einen Tee aufbrühen. Natürlich kannst du die Pflanzen auch durch Trocknen haltbar machen und einen Teevorrat sammeln.

**1** Sammle mit der Schere frische Blätter der Zitronenmelisse oder Pfefferminze. Du kannst auch die Stängel verwenden.



**2** Die Pflanzenteile werden gewaschen und etwas mit dem Messer zerkleinert.

**3** Wasser im Topf zum Kochen bringen und von der Herdplatte ziehen. Die zerkleinerten Pflanzenteile in das heiße Wasser legen und mindestens 20 min ziehen lassen.

#### Welcher Tee kann bei welchen Beschwerden helfen?

**Pfefferminztee:** beruhigend bei Magen- und Darmbeschwerden, hilft bei Übelkeit

**Zitronenmelissentee:** beruhigend bei Magen- und Darmbeschwerden oder bei Nervosität

**Fencheltee:** lindernd bei Husten und bei Blähungen

**Lavendeltee:** beruhigend bei Nervosität und bei Einschlafstörungen

*Hinweis: Kräutertees ersetzen jedoch keine Medikamente!*



**Du brauchst** getrocknete Duftpflanzen (z. B. Lavendel) Stück Stoff, Kreide, Lineal, Schere, Nähnadel, Nähgarn, Schnur, Stoffmalstifte

### Was sind Duftsäckchen?

Duftsäckchen sind kleine aus Stoff gefertigte Säckchen, die mit getrockneten Duftpflanzen gefüllt sind. Sehr oft werden Lavendelduftsäckchen im Handel angeboten, die gut riechen und gegen schädliche Insekten wie Kleidermotten helfen. Dazu hängt oder legt man diese einfach in den Kleiderschrank.

**1** Suche dir eine Pflanze, die besonders stark riecht. Gut eignet sich Lavendel. Schneide mit einer Schere am besten kleine Stängel mit mehreren Blättern ab.

**2** Binde die Stängel mit einer Schnur zusammen und hänge sie an einem trockenen Ort verkehrt herum einige Tage zum Trocknen auf. Keine direkte Sonneneinstrahlung!

**3** In der Zwischenzeit kannst Du mit der Herstellung des Duftsäckchens beginnen. Schneide ein rechteckiges Stück Stoff aus. Mit Kreide vorher Linien auf den Stoff zeichnen, an denen Du entlang schneidest.

**4** Falte nun den Stoff in der Mitte und nähe ihn mit der Nadel an zwei Seiten zusammen, so dass oben eine Öffnung bleibt. Krempel nun das Ganze um, damit Du eine saubere Außennaht hast. Nun kannst Du das Säckchen gestalten (beschriften oder bemalen).

**5** Das getrocknete Pflanzenmaterial wird klein geschnitten oder zwischen den Fingern verrieben und dann in das Säckchen eingefüllt. Das fertige Duftsäckchen mit der Schnur verschließen und weiter dekorieren. Man kann getrocknete Pflanzenteile (z. B. Blütenstände vom Lavendel) daran festbinden.