

Frühlingsbrief 2024  
Liebe Botanikfreunde,

## **Wildpflanzenmagazin Gratisausgabe!**

Hier könnt Ihr eine **Gratisausgabe des Wildpflanzenmagazins** lesen! Lange Zeit habe ich auch dort mitgeschrieben, leider fehlt mir heute die Zeit dafür, aber die Zeitschrift ist toll! Das Abo kostet 1,65 pro Ausgabe. hier bestellen:  
<https://www.essbare-wildpflanzen.de/magazin.html>

Hier ist eure Probezeitschrift für Februar:  
<https://www.essbare-wildpflanzen.de/magazin-2402-spe.pdf>

## **Botanische Eindrücke aus Mauritius, Urlaub Januar 2024**

Ach die Tropenpflanzen haben es mir angetan! Nicht nur die exotischen Früchte! Gestern war ich erst mal im Tropenhaus des Botanischen Gartens in Bochum, weil ich einfach Tropenpflanzen sehen MUSSTE!! Es lohnt sich übrigens immer, die Gewächshäuser (Kakao ist gerade reif! Pfeilgiftfrösche und fleischfressende Pflanzen sind immer da, im Tropenhaus blüht allerlei!) sind bis 16.30 Uhr auf.

Kennt Ihr diese Früchte? Alle auf Mauritius gesehen oder/und probiert



1



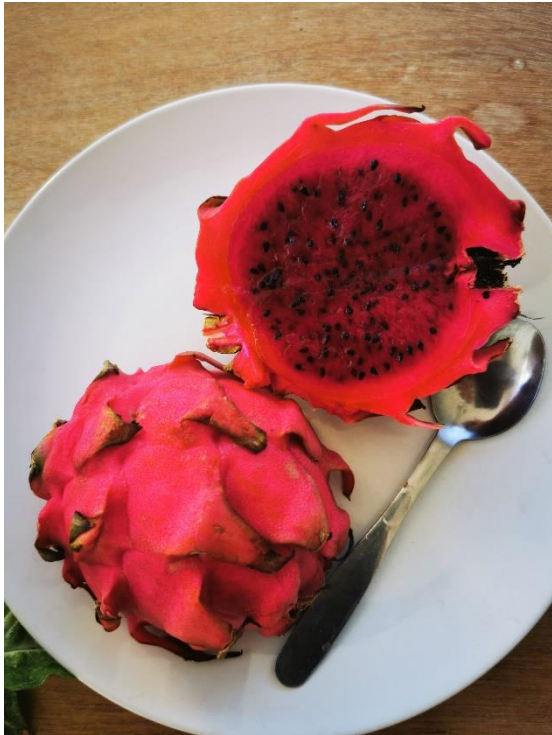
2



3



4



5



6

Kleiner Tipp zu Nr. 5: Sehr saftig, bei uns mit weißem Fruchtfleisch, stammt von einer Kaktee! Kleiner Tipp zu Nr. 6, hat was mit Christus zu tun ... 😊



7



8



9, Kleiner Tipp, gibt es auch bei uns als Gemüse ...  
Lösung unten



10

- 1) Bittergurke, Gemüse, das man lange kochen muss, bevor man es essen kann
- 2) Eine Aubergine-Verwandte, keine Tomate!
- 3) Mini-Ananas, köstlich!
- 4) Nonifrukt, riecht wie Käse, hab ich NICHT probiert! Gilt als Anti-Aging-Lebensmittel, die Säfte daraus werden teuer gehandelt. Verwandt mit Maulbeeren!
- 5) Drachenfrucht, bei uns nur mit weißem Fruchtfleisch. Hier reif und super lecker-saftig! Stammt von einer Kaktee
- 6) Maracuja-Sorten, große wie ein Birne, trockene Schale, der Saft darin ein Gedicht! Stammt von der Passionsblume (daher Christus ..)
- 7) Malaienapfel (schmeckt wie unreifer Apfel)
- 8) Javaapfel (schmeckt wie unreifer Apfel, nicht mit Äpfeln verwandt).....
- 9) Okraschote, kennt man von hier auch als Gemüse, schmeckt nach nichts, ist ja ein Malvengewächs ... da wissen wir ja, dass auch die nach nichts schmecken und hauptsächlich aus Schleim bestehen.

10) Papaya. Papayas und Mangos lagen nach dem Zyklon über all auf der Straße ... köstlich und gratis!

Und natürlich war noch mehr faszinierende Botanik dort zu sehen! Die größte Seerose der Welt mit Stacheln unter den Blättern und Bäume mit Brettwurzeln!



Gott oder? So was Schönes! Ein Palmblatt!



Banane ...



Victoria regia, größte Seerose der Welt...



## Erste Frühlingsalate!

Im März und April ist für Kräuterfans die schönste Zeit! Nie wieder im Jahr sind **die Kräuter so faltenfrei und saftig** wie jetzt. Auch Baumblätter schmecken, aber nur in diesen Monaten. Danach werden sie bitter durch eingelagerte Gerbstoffe und **verwehren allen Gefräßigen, in diesem Falle uns und den Raupen, den Wohlgeschmack**. Aus Gesundheitsgründen und weil **ich mit mir selbst immer noch den Wettbewerb mache: „Wie viele verschieden Kräuter kann ich maximal in EINEM Salat haben?“**, nehme ich von jedem eins. Das hat den Vorteil, dass von allem noch genug da ist und sie mir auch morgen wieder jugendlich frisches Blattmaterial liefern.

Knackig sind jetzt:

- Die Zwiebeligen: **Bärlauch** und **Knoblauchsrauke**
- Die Sanften: Alle **Taubnesseln** komplett mit Blüten und Stiel **Lungenkraut**: Blätter und Blüten, **Vergissmeinnicht**: Blätter und Blüten
- Der Sellerie-Artige : **Gierschblätter** ohne Stiele
- Der Saure: **Scharbockskrautblätter** (Blättchen vor der Blüte)
- Die Würzig-knackige: **Vogelmiere**
- Herbe Noten fürs Anti-Aging: **Löwenzahn, Gänsedistel, Ehrenpreis-Arten**
- als Frühlingskur und zum Vertreiben aller Pickel das **Kletten-Labkraut**
- als Frühlingskur mit Blüten und Blättern, neutral knackig, das **Gänseblümchen**
- mit leichter Senfnote die **Garten-Schaumkresse** (*Cardamine hirsuta*)
- ultra-scharf-senfig: **Wiesenschaumkraut** nur in Spuren
- leicht säuerlich: behaarte ganz junge **Buchenblätter**
- nur ganz jung essbar, sonst zu herb wegen der Gerbstoffe: **Birken-, Hainbuchen-, Haselblätter**
- eine süße Köstlichkeit, in Mengen verzehrbar: Blüten vom **Spitzahorn**,
- als Salat oder pfeffriges Gewürz: Blüten der **Magnolien**





*Scharf-senfiges **Wiesen-Schaumkraut**, sieht nur harmlos aus! Bitte probieren Sie zunächst ein atomgroßes Stückchen! Auf vielen Wiesen*



*Mild-senfiges Gourmet-„Un“-kraut: **Garten-Schaumkresse** *Cardamine hirsuta*, sicher auch in Ihrem Gartenbeet!*



*Süß und saftig: **Spitzahornblüten***



*Magnolienblüten, leicht pfeffrig und süß,*



*Frühlingsalat mit **Löwenzahn**, blauen **Lungenkrautblüten** und zerrupften **Löwenzahnblüten** obenauf*



***Giersch*** gegen Gicht, *welch zarte Blätter! Die Stängel schmecken wie Sellerie, sind aber für die Pfanne zu zäh, es sei denn, man schneidet sie 1 cm klein.*



***Kirsch-Blüten*** für den Salat, *einfach mit dem Eimer sammeln*



*Und sonst? Essen wir Taubnesseln und Ehrenpreis*



Ehrenpreis, Foto Heinz Lappe

## Liebeskräutergeschichten: Der Frühlingsbär

Ach der Bärlauch! Ich habe eine ganz besondere Beziehung zu ihm! Zum einen durch seinen Namen, denn auf lateinisch heißt er *Allium ursinum* und das Wort „*ursinum*“ stammt vom lateinischen Wort **ursus** ab. Das bedeutet Bär. Und ich heiße *Ursula* und das bedeutet „*Kleine Bäarin*“. Zum anderen liebe ich seinen kräftigen Geschmack und seine engelsgleiche Schönheit! Und zum dritten natürlich meine selbst gemachte Bärlauchtinktur, die ich zusammen mit Weißdortinktur gegen hohen Blutdruck verwende.

Aber den Bärlauch kennt jeder! Als Pesto-Grundlage, als Gewürz, als Nascherei am Wegesrand – spontan beim Spaziergang zu verspeisen. Einer, der es als „ganz normales Wildkraut“ geschafft hat, auf Märkten im Verkauf aufzutauchen ...



*Bärlauch*

Wenn eine Pflanze nach einem Bären benannt ist, sollte man allerdings hellhörig werden. Laut Gertrud Scherf in „Zauberpflanzen, Hexenkräuter“ war der Bär ein „geehrtes germanisches Seeelentier, das sich auch in einer Waldpflanze verkörpern kann!“ Nun, so ein Bär ist groß, kräftig, mutig, potent, fast unbesiegbar ... Welche Ehre für eine Pflanze, nach IHM benannt zu werden! Die Tatsachen für Bären im Frühling sind allerdings erst einmal ganz andere Natur: Wenn der Bär nach seinem halbjährigen Winterschlaf das erste Mal die Sonne wieder sieht, hat er nur eins im Sinn: „Wo ist die nächste Toilette?“ Sechs Monate konnte er ja nicht! Nachdem er die gefunden hat, seine Darminhalte

also der Natur zum Geschenk gemacht hat, möchte er nun auch sein Blut, seine Haut und seine Bindegewebe reinigen. Wollen wir das im Frühjahr nicht alle? Und so frisst er mit Wohlbehagen den Bärlauch. Kräuterpfarrer Künzle schreibt im Jahre 1911: „Den Namen Bärlauch gaben ihm die Alten, weil sie sahen, dass die Bären, nach langem Winterschlaf noch schwach und abgemagert, massenhaft das Kraut verzehrten und bald wieder die alte Stärke gewannen“.

### **Das Liebesleben ...**

Ich denke, wir Menschen haben das von ihm abgeguckt. Die Pflanze reinigt das Blut so gut, dass danach alles besser fließt. Der Inhaltsstoff „Adenosin“ führt außerdem zu einer Arterienenerweiterung und steigert die Gesamtdurchblutung des Körpers in allen Regionen. Gut durchblutete Gewebe überall sind eben eine wunderbare Voraussetzung für ein herrliches Liebesleben! Der Bärlauch hat 20 Mal mehr Adenosin als der auch als Liebesmittel bewährte Knoblauch! Pfarrer Künzle schreibt: **„Ewig kränkelnde Leute sollen den Bärlauch verehren wie Gold ... Die jungen Leute würden dabei trüchen wie ein Rosenspalier und aufgehen wie Tannenzapfen in der Sonne“**. Aha! Dann also guten Appetit!

Der Bärlauch war in Klostergärten verpönt. Nun weiß ich endlich auch, warum! Hildegard von Bingen hatte über Lauch kaum etwas Gutes zu berichten. Sie empfahl den Bärlauch nur gekocht als Mittel gegen Magen-Darm-Krankheiten. Der roh genossene Bärlauch reinigt die Nieren, die Blase, den Darm, die Haut. Überall dort entfalten die segensreichen ätherischen Öle ihre Wirkung. Wo sie wirken, da duften sie allerdings auch! Bärin wäre also gut beraten, auch etwas von dem Kraut zu essen ...

**Nur etwa 10 % der ätherischen Öle werden über die Lunge ausgeschieden, das Küssen können Sie für diese Zeit eventuell vergessen.** Aber hier kommen tröstende Worte: Die Öle reinigen, desinfizieren und entspannen die Lunge! Unser Schätzchen ist also auch ein hervorragendes Mittel bei Husten und Lungenentzündung.

### **City-Bärlauch**

Eine Freundin von mir hat an einer Straßenecke am Stadtrand in einem wilden Beet vor ein paar Jahren einen Bärlauch angepflanzt. Ein Bärlauch ist ja nicht gerne allein, und mittlerweile ist die Stelle total überwuchert. Viele Menschen aus der Nachbarschaft kommen hierhin, um sich den Bärlauch zu holen. Tipp: Nehmen Sie einfach Beete in Beschlag: Dort, wo Sträucher wachsen, kann man

im Unterwuchs heimlich Kräuter anpflanzen, zum Beispiel den Schattenverliebten Bärlauch. Er liebt lockeren, feuchten Boden und gedeiht besonders gut, wenn Sie ihm etwas Buchenlaub aus dem Wald als Mulch mitbringen. Dann fühlt er sich sogar in der City zu Hause, und man hat über einige Monate ein Liebeskraut vor Ort: Die Blätter, Blüten und Früchte sind essbar und köstlich, zur Not sogar die Zwiebeln, aber dann kommt er nicht wieder ...



*Bärlauchfrüchte sind essbar*



*Signatur: Hochzeitsspitzen ...*

Ich finde, so ein Frühlings-Bärlauchwald sieht aus wie ein weißes Hochzeitskleid mit Spitzen. Wenn das keine Signatur ist!! Die „Signaturenlehre“ war ja früher die „gängige Methode“ als es darum ging, herauszufinden, wie man arzneilich ein Kraut verwenden könnte. Man betrachtete das Aussehen der ganzen Pflanze, die Form der Wurzeln, Früchte und Blüten, die Farbe, den Geruch und andere Kriterien und dann wurde darauf geschlossen, welcher Beschwerde oder welchem Körperteil das Gesehene zugeordnet werden könnte. So half zum Beispiel der Giersch mit seinem „Ziegenfuß“ (die kleine Ausbuchtung am unteren Blattstiel) gegen die Gicht (den geschwollenen dicken Zeh, „podagra“), das Lungenkraut mit seinen gefleckten Blättern, die man als Symbol der Lungenbläschen sah, gegen Lungenkrankheiten. Früher hatte man ja noch keine Labore, die über 100.000 verschiedenen Pflanzenstoffe nachweisen können, wie wir es heute können. Und bei obigen beiden (und vielen anderen) Kräutern hatte die Signaturenlehre recht! Der Giersch hat tatsächlich Inhaltsstoffe, die die Harnsäure ausleiten und die Nieren anregen, das Lungenkraut mit seinen Schleimstoffe und Gerbstoffen tatsächlich etwas, was bei Reizhusten Linderung und bei angegriffener Lunge eine Gewebefestigung wirkt. Und der Bärlauch? Bringt vielleicht so viel Liebeslust und so wundervoll gereinigte Samenleiter und



Eierstöcke und Unterleibsarterien und -venen, dass eine Schwangerschaft erst möglich wird und damit vielleicht die Hochzeit nicht ausgeschlossen ist, eben genau so wie die weiße flächendeckend Blütenpracht aus spitzenartig wirkenden Sternchen es zeigt. Überlegen Sie also vor dem Essen, ob Sie DAS wirklich wollen!

### **Gesundmacher!**

Zudem hat er noch pro 100 g Kraut 150 mg Vitamin C (etwas mehr als der Tagesbedarf) und 340 mg Kalium, was wie ein leichter Blutdrucksenker wirkt. Er ist ein Gesundmacher durch und durch! Er senkt den Cholesterinspiegel, wirkt wie ein pflanzliches Antibiotikum bei Magen- und Darmkrankheiten, hilft vorbeugend gegen Gefäßverkalkungen aller Art und ist damit ein wahrer Jungbrunnen. Das ätherische Öl stärkt das Immunsystem, indem es unter anderem die Anzahl der Killerzellen erhöht, welche Krebszellen abtöten. Der Bär weiß ich Frühling sehr genau, was er da tut!! Er regt den gesamten Stoffwechsel damit an.

Äußerlich angewendet kann der frische Blattsaft als Antibiotikum und Antimykotikum verwendet werden.

### **Nicht verwechseln**

Eigentlich denkt man ja, man könnte den Bärlauch niemals verwechseln, denn die Blätter riechen ja eindeutig nach Lauch und diese weißen Blütensternchen ... ganz eindeutig! Aber! Idealerweise pflückt man ihn vor der Blütezeit und dann sind eben die Blüten noch nicht da und an den Standorten des Bärlauch, in nährstoffreichen Buchenwäldern, gibt es zwei Schätzchen, deren Blätter, wenn sie ganz frisch heraus kommen, den Bärlauchblättern ähnlich sehen! Wenn alle groß sind, mit Blüte und ausgewachsenen Blättern, ist keine Verwechslung mehr möglich.

Die zwei sind das Maiglöckchen und der Aronstab. Der Tipp: „Bärlauchblatt riecht immer nach Knoblauch, die anderen beiden nicht“, funktioniert spätestens nach dem Pflücken des ersten Blattes nicht mehr, denn ab da riecht alles (!) nach Bärlauch!

Die ersten noch kleinen Aronstabblätter sind rundlicher an der Spitze, Maiglöckchenblätter sind derber, knacken nicht beim Abpflücken und sind immer zu zweit eingerollt, während die Bärlauchblätter nebeneinander einzeln stehen.

Bei Verwechslungen: Maiglöckchen ist sehr giftig und führt unter Umständen sogar zu Nierenblutungen. Aronstab hat in seinen Blätter die zwei Gifte Aronin und Oxalsäure, die beim Kauen eine Zungentaubheit und ein starkes Brennen im Mund bewirken, bzw. beim Verschlucken eine Magenschleimhautentzündung hervorrufen, die tagelang andauern kann!



*Aronstab*



*Maiglöckchenblätter, eingerollt je zu zweit*



*Maiglöckchen*

Und nun? Machen Sie für die Gesundheit und Frühlings-Entschlackungskur doch einfach einen Salat aus folgenden Kräutern:



*Frühlingskräutermischung (oben Lungenkraut und Giersch, unten Löwenzahn, Bärlauch und Wiesen-Labkraut)*

Lungenkraut festigt das Gewebe, Löwenzahn regt Leber und Nieren an und fördert wie Bärlauch die Entgiftung, Wiesen-Labkraut war schon immer ein Schätzchen, das gegen Pickel half, weil es das Bindegewebe reinigt, die Nieren anregt und früher sogar gegen Schuppenflechte eingesetzt wurde. Und das Beste? Schmeckt köstlich, mit Balsamico-Dressing oder Honig-Senf-Sauce, mit Tomaten, Paprika und Schafskäse oder einigen Nüssen: ein Hochgenuss!

Wer gerade keinen Bärlauch zur Verfügung hat, aber dringend eine reinigende Medizin nehmen muss, der nehme Knoblauch, denn schon um 1530 wusste der Kräuterkundige Leonhart Fuchs (1501–1566) in seinem New Kreuterbuch:

**„Knoblauch macht Neygung zum Schlaff und Lust zu den ehelichen Wercken.“  
Na also! Und nun?**

## Rezepte

### Bärlauch-Pesto

2 Handvoll Bärlauchblätter sehr fein in Streifen schneiden, im Mörser mit 250 ml Olivenöl, 1 Teel. Salz und 2 Essl. gehackten Walnüssen n in kleinen jeweils kleinen Portionen zu einer feinen Paste verreiben. Einen Esslöffel geriebenen Parmesankäse darunter rühren und in kleine Gläschen abfüllen. Eine Deckschicht aus Öl erhöht die Haltbarkeit. Auf Brot, als Beilage zu Nudeln oder Kartoffeln, als „Aperitif“ für die (beiden!) Liebenden...



*Bärlauch-Pesto*

### Bärlauchessig

Eine Handvoll klein geschnittener Bärlauchblätter in 1 Liter Apfelessig legen, dann zu Salat.

Oder als Umschlag äußerlich 1:3 mit Wasser verdünnt gegen juckende Hautekzeme

### Bärlauchöl für Salat

Zwei Handvoll frischer Bärlauchblätter, klein geschnitten, dazu 10 frische grüne Pfefferkörner, mit 1 Liter gutem Öl übergießen, 3 Wochen stehen lassen, abseihen. Als Salatöl eine Köstlichkeit!

## Bilderrätsel:

Was ist das? Nr. 1



Und das? Nr. 2



Nr. 3



Und das? Nr. 4



## KRÄUTERTOUREN

Probiert bei mir Ruhr-Rhabarber-Kompott (ab April ernten wir ihn), Kornelkirschenmarmelade (in Stiepel), allerlei essbare Blüten und unbekannte neue Geschmäcker! Bitte für die Touren anmelden an [uschi.stratmann@web.de](mailto:uschi.stratmann@web.de), 25 Euro, bar vor Ort. Ohne Hunde kommen.

### MÄRZ 2024

Samstag, 23. März und Sonntag, 24. März, **KREFELD** je 13 Uhr, 14 Uhr und 15 Uhr, Gratis-Vorträge mit mir zu Exotenkräutern mit Geschichten, Schmecken, Riechen, kleinem Quiz bei der Messe Krefelder Gartenwelt, Krefeld, Galopprennbahn 4, am Stand von Gartencenter Augsburg. Einfach hinkommen!

Karfreitag, 29. März, 15-17 Uhr, **BOCHUM**-Stiepel, vor der Dorfkirche, Gräfin-Imma-Str. 212, (Kräutertour am Kraftplatz mit Rasenkräutern, Beinwell, Gundermann, knackigen Vitaminbömbchen ...)

Samstag, 30. März, 10-12 Uhr, **BOCHUM**, Oveneystr. Parkplatz an der Minigolfhütte, Frühlingskräuter so frisch wie noch nie! Ehrenpreis für die große Liebe, Vogelmiere der Knackigste Salat, Taubnesseln so zart, Schaumkräuter mit zartem Kressegeschmack!

### APRIL 2024

Ostermontag, 1. April, 10-12 Uhr, **HATTINGEN**, Am Wallbaum 16, Wiesensalatkräuter, Wilde Karden, zarteste Gewürzkräuter mit Knobi- und Sellerie- und Kressegeschmack ... mit Blick auf Ruhr und Enten ... Wir sammeln "Ruhr-Rhabarber" für Kompott!

Ostermontag, 1. April, 15-17 Uhr, **WITTEN**, Waldparkplatz bei Rauendahlstr. 127, Kraftplatz mit Bach und Baumgesichtern, der "heiligen" alten Muttereiche und saftigsten Frühlingskräutern! Tour durch das romantische **Muttental!**

Samstag, 6. April, 10-12 Uhr, **ESSEN**, Stauseebogen 37, Romantikplatz am Baldeneysee mit allerlei urigen Kräutern, einfach schön!

Sonntag, 7. April, 10-12 Uhr , **UNNA**, Bornekampstr. 36, (Tour durch das romantische Bachtal, mit Heilkräuterfülle am Teich, essbarer "Wiese", Exotenkräuterquiz, mehr Kräuter als man zeigen kann ... Unnas schönste grüne Ecke!)

Sonntag, 7. April, 15-17 Uhr, **SCHWERTE**, an der Rohrmeisterei, Ruhrstr. 20, Kräuterfülle am Mühlengraben und am Biotop! Ehrenpreis gegen Pickel, Gundermann heilt alles, Nelkenwurz mit rosa Moschuswurzeln ... und hier und nur hier (!) kann man **Bärlauch ohne Ende ernten!!**

Sonntag, 14. April, 10-12 Uhr, **DORTMUND**, Wittbräucker Str. 980. vor Hotel Diekmanns, eine Pflanze, die ihre Temperatur auf 37 Grad aufheizt! Ist das normal? Bunte Wiesenkräuter für die Gesundheit und Bärenklau für die Männerlenden .:-).. in einem Romantikwald!

Sonntag, 14. April, 15-17 Uhr, **DORTMUND**, Dellwiger Str. 130, am Dellwiger Schloss, Bärlauch und Scheinerdbeeren, Ehrenpreis und Gundermann, Taubnesseln ... vor romantischer Kulisse.

## **KRÄUTERMAGIE KELLER**

**25. Mai 2024 und 10. August 2024, je 10 -12 Uhr, 30 Euro**

**GÄRTNEREI KRÄUTERMAGIE KELLER, DATTELN, Markfelder Str 32, den Feldweg rein**

EXOTENKRÄUTER-SEMINAR auf einem Bio-Kräuterhof, romantisch auf dem Land!! Hier gibt es 600 Kräutersorten in Bio-Qualität! Lassen Sie sich verwöhnen!

Mit Butterbrot mit Blütenbutter in verschiedenen Sorten, Kräuterlikör und allerlei Kräuterquiz zum Schmecken und Riechen!

Lernen Sie eine Kräutervielfalt kennen, von der Sie schon immer geträumt haben: Kräuter gegen Sonnenbrand und Husten, für schöne Haut und für die Liebe! Aloe vera gegen Falten, **Jiaogulan** für das ewige Leben, **Prickelkraut** zum Spaß haben und **Lakritz-Tagetes** zum Naschen und für den selbst gemachten unübertroffenen leckeren Kräuter-Ouzo! Welche Kräuter taugen für die Liebe? Welche helfen gegen böse Geister!?



Probieren Sie **vietnamesischen Koriander** und **aztekisches Süßkraut** und raten Sie unsere 10 verschiedenen **Minzen**. Brauchen Sie Kräuter, die den IQ erhöhen? Die gegen Basilisken oder böse Geister helfen, die Sie in die Schuhe stellen oder maximal das Immunsystem auf Vordermann bringen? Kein Problem, alles da! Lernen Sie, wie Sie selbst die **Kräuter der Provence** mischen können, wie Sie Kräuterbutter machen können und welche Vielzahl an **Blüten Sie als Deko** verwenden dürfen.

**30 Euro pro Person, bitte bar vor Ort**

**Anmeldung über [uschi.stratmann@web.de](mailto:uschi.stratmann@web.de)**

Bei **KRÄUTERMAGIE KELLER** gibt es noch mehr!

Zum einen ist Gregor Keller mit seinen Kräutern bei allen großen Gartenmärkten und Messen präsent, zum anderen bieten Gerlinde und Ricarda dort wunderbare Fermentierkurse an, auf seinem Hof, sehr beliebt! Hier ist der Link:

<https://www.weltdermikroben.de/fermentieren-mit-kräutern-vortragsreihe/>

Ich freu mich auf Euch!!

Ganz herzliche Grüße, Ursula

Lösung: 1 ist der Winterling, ein Hahnenfußgewächs. 2 ist das Garten-Schaumkraut (Cardamine hirsuta), lecker kressig, 3 ist der Storchschnabel, (stinkender), 4 ist das schönste Brombeerblatt der Welt, die letzten im Februar in meinem Garten.

Ihr Könnt auch [Privattouren](#) bei mir buchen, einfach anfragen.

Alle Veranstaltungen unter [www.kraeutertour-de-ruhr.de](http://www.kraeutertour-de-ruhr.de)