

## Die Brombeere – RUBUS FRUCTIOSUS



Die scharfen Dornen gaben dem Strauch aus der Familie der Rosengewächse seinen Namen. Das althochdeutsche Wort „brama“ bedeutet Dornenstrauch und über die Zeit hinweg entwickelte sich daraus das heutige Wort „Brombeere“. Weitere Bezeichnungen im Volksmund lauten: Mohrenbeere, Braunbeer, schwarze Haubeere, Bromedorn, Hirschbollen oder Schwarzbeer.

Wegen seiner langen, überhängenden Zweige bezeichnete man den Brombeerstrauch in früheren Zeiten auch als Zauberstrauch. So ging man früher unter besonders lang gebogenen Strauch-ästen hindurch, um Unglück und Krankheit daran abzustreifen. Die riesigen Haifischdornen ergriffen dabei die übelmeinende Energie und entließen den Hindurchschlüpfenden gesund und glücklich und bereit für die neuen Herausforderungen des Lebens. Während dieses Rituals sprach man Zaubersprüche, die die Absicht des Hilfesuchenden unterstützten und seine Gedanken wieder klärten.

Die schmackhaften und Vitamin C reichen Beeren werden seit altersher am Waldrand und in Wäldern gesammelt, wo die magische Aura der sie umgebenden, kraftvollen Bäume übergehen kann. Wer Waldpflanzen mit seiner Nahrung aufnimmt, der kann sie sehen, die andere Seite des Waldes, wo Baumwesen und Pflanzengeister, Feen und Zwerge wohnen. Essbare Waldbeeren wie die Brombeere betören, verzaubern und heilen. Sie lassen uns mit dem Wald verschmelzen und dessen Seele spüren. Der Verzehr dieser kostbaren Beeren diente schon den Kelten vor langer Zeit zur Inspiration und öffnet einem alle Sinne, um den Geistern des Waldes zu begegnen. Geruch wie Geschmack der schwarzen Früchte sind auf besondere Weise süßlich und erzeugen ein liebliches Gefühl der Geborgenheit.

Als geheimnisvolle Heilpflanze diente sie schon vor über 4000 Jahren den Ägyptern, wo sie „Ibisblut“ genannt und gegen Durchfallerkrankungen angewendet wurde. Aufgrund des hohen Gerbstoffgehalts ist lt. des Dt. Arzneimittel-Codex der Einsatz von Brombeerblättern als Teeaufguss bei unspezifischen akuten Durchfallerkrankungen sowie leichten Schleimhautentzündungen im Mund- + Rachenraum möglich. Zur Therapie wird 3x täglich eine Tasse Tee getrunken bzw. mit dem lauwarmen Tee gegurgelt: dazu werden 2 TL fein geschnittene frische oder getrocknete Blätter mit einer Tasse kochendem Wasser übergossen und nach 10 Min. durch ein Sieb gegeben.

Seit altersher finden Brombeerblätter Verwendung als Haus- und Frühstückstee. Schon 1889 wurde „Pfarrer Kneipps Familiengesundheitstee“ auf den Markt gebracht, der nur aus Brombeerblättern bestand und im Ersten Weltkrieg diente die fermentierte Droge auch als Ersatz für schwarzen Tee. Schon die Römer zerkauten die jungen, fruchtig schmeckenden Blätter der Brombeere, um das Zahnfleisch zu kräftigen, eine Anwendung, die erst vor einigen Jahren im Rahmen einer Patentanmeldung für eine brombeerhaltige Zahnpasta wieder aufgenommen wurde.

Frisch gesammelte Beeren naschen wir entweder direkt vom Strauch oder arbeiten sie in schmackhafte Smoothies ein, die wir aus Banane und Milch oder Wasser herstellen. Das Ganze in einen Becher geben, mit dem Pürierstab bearbeiten und fertig ist ein vitaminreiches Getränk. Wer gerne Brombeerlikör trinkt, pflückt 500 g Brombeeren, gibt diese mit 300 g Zucker, Honig oder Ahornsirup in ein Einmachglas und lässt die Masse ca. 1 Stunde ziehen. Danach ein Liter Wodka oder Kirschobstler zufüllen und eine Vanillestange beigegeben. Das Glas gut verschließen und an einem sonnigen warmen Platz 6 Wochen ziehen lassen. Danach filtern, in Flaschen füllen und 6 Wochen reifen lassen. Einfach herrlich!!



**Caroline Deiß**  
Zugspitzstraße 2  
82327 Tutzing

Telefon: (08158) 903 853  
raeuchern@caroline-deiss.de  
www.raeucherhain.de  
<http://blog.raeucherhain.de>

<http://krauterpodcast.podomatic.com>