Naturpark Augsburg Westliche Wälder e.V.

Naturparke Deutschland

Naturpark-Entdecker Steckbrief Pflanze

Name

Waldmeister

Merkmale

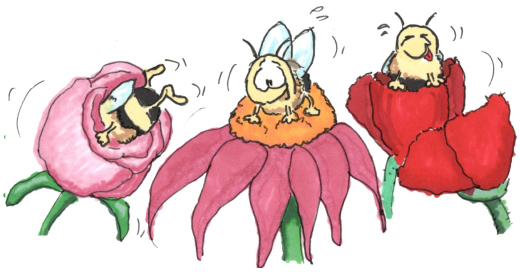
Waldmeister wird selten höher als 30 Zentimeter. Immer sechs bis acht schmale Blättchen bilden auf einer Ebenen einen Kreis. Die kleinen, weißen Blüten entstehen an der Spitze des Stiels und bilden ein kleines weißes Sternchen.

Familie

Labkräuter

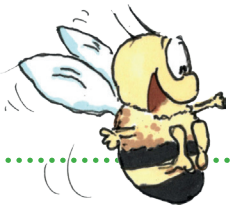
Erstaunlich aber wahr:

Die Blätter des Waldmeisters sollten immer angewelkt, kurz tiefgekühlt oder getrocknet verarbeitet werden. Nur so entfaltet er seinen typischen Geruch und sein volles Aroma.



Fragen zur Pflanze:

Wo wächst Waldmeister?
Er wächst in Laubwäldern und Gebüsch. Er braucht lehmigen und kalkhaltigen Boden. An manchen Stellen bedeckt er große Flächen auf dem Waldboden.
Wann blüht er?
Von April bis Mai/Juni.
Hat er besondere Heilwirkung?
Ja, bei Leberbeschwerden, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit und Unruhe wirkt er stark entgiftend, harntreibend, gefäßerweiternd, entzündungshemmend, krampflösend.



Forscherauftrag zur Pflanze:

Ab März kann man dem Waldmeister sehr gut beim Wachsen zuschauen. Wenn der Frühling beginnt, fängt er an zu sprießen.
Falls es nicht möglich ist, regelmäßig im Wald die Veränderungen zu beobachten, kann er auch im Garten oder Topf an einem schattigen Platz gezogen werden. Er muss großzügig gegossen werden.

Hier bitte Aktion benennen

Waldmeistersirup selber machen:

Für etwa 2 Liter Sirup pflückt man 1 großen Bund (ca. 40 Stängel) Waldmeister vor der Blüte und lässt ihn anwelken oder trocknen.

Den Waldmeister (als Sträußchen gebunden, kopfüber hängend, Stiele nicht im Wasser) gibt man zusammen mit Saft und Schalen von 2 unbehandelten Zitronen in ein Ansatzglas.

Nun erhitzt man 2 Liter Wasser mit 90g Zitronensäure und 2 kg Zucker, bis dieser sich auflöst.

In das Ansatzgefäß geben und verschließen. An einem dunklen, kühlen Ort mindestens drei Tage ziehen lassen.

Dann den Ansatz abseihen und erhitzen, aber nicht kochen lassen (bei ca. 80 Grad)

In Flaschen füllen und fest verschließen.

Naturpark-Tipp:

Ein Geschmacksvergleich ist hier bestimmt interessant! Wie schmeckt gekauftes Brausepulver, Wassereis oder Wackelpudding mit Waldmeister? Oder ist der selbstgemachte Waldmeistersirup leckerer?

Altersgruppe: 3 - 10 Jahre

Naturpark Augsburg - Westliche Wälder e. V.

Autor: Team Naturführer/innen