

DIE TANNE (ABIES ALBA)Heilen mit **wertvollem Harz****RESY STRASSER**

Die Tanne gehört zu den Kieferngehäusen und kommt meist in Mischwäldern vor. Sie kann eine Höhe von 70 m erreichen und ist ein Tiefwurzler. Die Rinde ist anfangs glatt und braun, später eckig und schuppig, hat einen silbrigen Glanz und wird deshalb auch Weißtanne genannt. Ihre Nadeln sind glatt, an der Spitze eingekerbt, auf der Oberseite glänzend dunkelgrün und auf der Unterseite weiß-gräulich. Aus den weiblichen Blütenständen entwickeln sich auf den Wipfelzweigen aufrechte, 10 bis 15 cm lange Zapfen, die männlichen bilden zwei bis drei Zentimeter lange gelbe Kätzchen. Die Zapfen der Tanne stehen aufrecht, im Unterschied zu den hängenden Zapfen der Fichte. Die Fichtenzapfen fallen als Ganzes zu Boden, die der Tanne nur als Schuppen, sodass eine Zapfenspinde stehen bleibt und diese als Nahrung der Eichhörnchen dient. Deshalb kann man niemals einen Tannenzapfen am Boden liegend finden. Die Tanne hat ein weiches, leicht spaltbares Holz und einen balsamartigen, belebenden Geruch, der die Menschen schon vor langer Zeit anregte, aus dem Holz, den Nadeln und dem Harz Heilmittel herzustellen. Besonders das

Harz wurde für Heilzwecke verwendet. Es hat einen starken Duft und war in vielen Salben und Pflastern enthalten. Außerdem sagt man, dass es eine antiseptische Wirkung hat. So wurde es auf frische Wunden gelegt, heilte und heftete diese. Das Harz wirkt auch durchblutungsfördernd und wird deshalb heute noch in Rheuma- und Arthrosesalben gemischt. Kleine Stücke, in den Mund gelegt und langsam zerkaut, festigen das Zahnfleisch. Die Urform des Kaugummis, die in Amerika erfunden wurde, bestand aus Tannenzapfenharz, Süßholzwurzel und Bienenwachs.

www.kräuterschnecken.at



COLA-SIRUP mit Löwenzahnblüten und Tannenwipferln
Foto: Strasser



RESY STRASSER
Korndoblerhof, Obertrum

naturzeit

Wipferlhonig und Löwenzahncola

Die frischen Triebe werden wegen des ätherischen Öles zum Heilen verwendet. Sie wirken auswurfördernd bei Husten und Verschleimung, sie stärken Lunge und Nerven. Deshalb kann man sehr gut Tannenzapfen schneiden, mit Natursalz mischen und zum Inhalieren verwenden, für ein Bad zur Nervenstärkung oder zum Wärmen bei Erkältung. Frische, zarte Tannen- und Fichtenwipferl fein schneiden, mit Butter und Salz mischen und aufs Brot streichen. Auch der Wipferlhonig ist überall bekannt und sehr wertvoll in unserer „Hausapotheke“. Für die Kinder kann man ein Löwenzahncola zubereiten, das auch gerne von den Erwachsenen getrunken wird: Ein Glas 1/3 mit Löwenzahnblüten füllen, einige zarte Tannenwipferl dazugeben, 35 g Zitronensäure, 1 Bio-Zitrone, 1 Bio-Orange, beides in Scheiben geschnitten, 1 kg braunen Zucker, 1 kg weißen Zucker, 1 Pkg. Einsiedehilfe und 3 l Wasser. Saft ansetzen, einige Tage stehen lassen, öfters umrühren, abseihen und in Flaschen füllen. Diesen Sirup gut verschließen, kühl und dunkel lagern.