

Waldmeister

Volksglaube:

Waldmeister ist ein altes Schutzkraut. Es wurde bei Kampfhandlungen am Leib getragen, geräuchert und in den Kirchen gegen böse Kräfte ausgelegt.

Waldmeister soll Feen anlocken, sowie Geld, Wohlstand und den richtigen Liebespartner. Früher wurde Waldmeister gebärenden Frauen in die Matratze gestopft („Mariä Bettstroh“). Er sollte das Herz von Mutter und Kind leicht machen und ihnen einen guten Schlaf schenken.

Körperliche Wirkung:

Waldmeister wirkt herzstärkend, beruhigend, harntreibend, blutreinigend, leberstärkend, schlaffördernd und krampflösend.

Vorsicht! Zuviel Cumarin kann Schwindel, Kopfschmerzen und Übelkeit erzeugen! Bei längerer Anwendung kann Cumarin leberschädigend wirken.

Schwangere sollten den Waldmeister ganz meiden.

Ernten:

Für Tee und Kissen das blühende Kraut, für die Bowle und Säfte vor der Blüte.

Waldmeister-Bowle

Ein Büschel Waldmeister mit einem Garn zusammenbinden, einige Stunden anwelken lassen und dann mit dem Kopf nach unten in 1 Liter guten Weißwein (nach Geschmack mit etwas Zucker) hängen. Dabei sollen die Stielenden mit der Flüssigkeit nicht in Berührung kommen. Etwa 30 Minuten ziehen lassen, das Kräuterbüschel entfernen, eine Flasche gekühlten Sekt dazugießen und gleich servieren.

Für eine alkoholfreie Bowle verwendet man Apfelsaft zum Ansetzen und prickelndes Mineralwasser vor dem Servieren.

Kräutersackerl:

Bei griesgrämigen Hausgenossen ein Leinensäckchen mit getrockneten Waldmeisterkraut befüllen und demjenigen unter die Matratze schieben. Das fördert die Herzlichkeit und Harmonie.

Für einen entspannenden Schlaf gibt man noch Lavendel, Minze und Rosenblüten dazu.

Waldmeister vertreibt auch die Motten aus dem Kleiderschrank.