

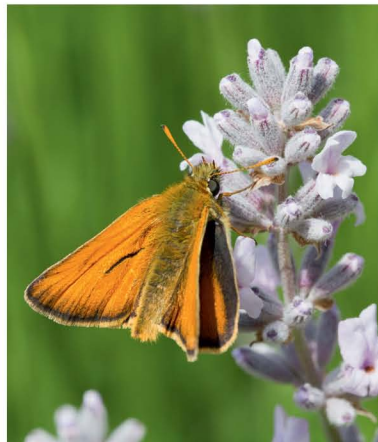


Elke Puchtler

# Lavendelschätze

Von Pflanzen, Düften und Menschen

Gartenpraxis, Heilkraft, Entspannung, Rezepte





## ANZUCHT AUS SAMEN

Für die Aussaat im Frühjahr verwende ich torffreie Bio-Kräutererde als Substrat und mische etwas Sand und wenig feinen Kies darunter. Der Kies macht den Boden schön durchlässig für Feuchtigkeit, sodass keine Staunässe entstehen kann. Bereits die Lavendelsamen lieben das Licht und die Wärme für ihre Keimung. Optimal sind 18 °C. Wer schon im Februar und März säen möchte, braucht ein Gewächshaus oder einen warmen Platz auf der Fensterbank. Direkt im Freien lohnt sich die Aussaat erst im Frühsommer, wenn die entsprechenden Temperaturen erreicht sind.

Drücken Sie mit einem Finger kleine Dellen in Ihre Kräutererde, streuen Sie je einen Samen in jede Delle und sieben Sie etwa 2 mm Sand über die Samen (Tipp von Gertrud Leumer, Gärtnerei Mussärol, siehe Seite 50). Nun ist noch Feuchtigkeit für die Keimung notwendig. Sprühen Sie die Erde und den Sand gut mit Wasser ein. Den Topf stellen Sie an einen geschützten und halbschattigen Platz. In der prallen Sonne trocknet die Erde viel zu schnell aus. Hilfreich ist es, den Topf im Freien mit einer Folie oder einer durchsichtigen Abdeckung zu schützen – wie in einem Minigewächshaus. Das hilft, die richtige Temperatur zu erreichen, schützt die Samen vor Vogelfraß und verhindert, dass Platzregen den Keimungsprozess der oben aufliegenden Samen stört.

Die Lavendelanzucht aus Samen erfordert etwas Geduld und Erfahrung. Nach drei bis vier Wochen können Sie die ersten Keimblätter der Pflänzchen erkennen. Achten Sie bei der Anzucht darauf, die Erde immer feucht einzusprühen, sodass keine Staunässe entsteht, die Pflanzen aber auch nicht über längere Zeit austrocknen.

## STECKLINGE VOM LAVENDELSTRAUCH

Wesentlich einfacher als über Samen ist die Vermehrung von Lavendel über Stecklinge. Mit dieser Methode erhalten wir Klone der Mutterpflanze.

Der beste Zeitpunkt, Stecklinge zu schneiden, ist das Frühjahr oder der Spätsommer, wenn Sie Ihren Lavendel kürzen. Sie schneiden etwa 10 cm lange unverzweigte Triebspitzen ab – oder noch besser: brechen sie heraus. Vom unteren Drittel werden die Blätter entfernt. Der blattfreie Stängel wird in Pflanzerde – ein Teil Gartenerde, ein Teil Sand – gesteckt. Die Erde drücken Sie mit den Fingern rund um die Pflanze achtsam an und gießen, sodass sie rings um den Stängel feucht ist. Erst wenn die Erde komplett abgetrocknet ist, gießen Sie erneut. Es ist wichtig, dass sich keine Staunässe bildet, denn sie führt zu Fäulnis. Die Pflanze sollte aber auch nicht über längere Zeit trocken stehen.

Anfangs hat der Steckling keine Wurzeln, um Nährstoffe und Wasser aufzunehmen. Um diese Stresssituation abzumildern, ist eine hohe Luftfeuchtigkeit sehr hilfreich, ähnlich wie sie in einem Treibhaus herrscht. Sie können Ihre Pflanze öfter mit Wasser einsprühen – oder viel besser: Sie stellen die Pflanztopfchen in ein Minigewächshaus, das eine gleichbleibend

Bilder links: Ein Hauch von Süden

oben: Französische Garrigue mit Lavandin im botanischen Garten Sanoflore

unten: Pflanzengefährten: Das Silber der Immortellen in Kontrast zum Lila des Lavandins

hohe Luftfeuchtigkeit gewährleistet. Es dauert höchstens acht Wochen, bis sich die ersten feinen Wurzeln gebildet haben. Das heißt: Stecklinge, die Sie im März einsetzen, können Sie nach den Eisheiligen ins Freie pflanzen.

Im ersten Sommer steht noch etwas Pflege an. Die Pflanzen müssen in längeren Trockenperioden gewässert werden. Ab dem zweiten Jahr ist dies nicht mehr notwendig. Pflanzenstecklinge, die erst im Spätsommer bewurzeln, sind noch nicht ausreichend winterhart. Topfen Sie diese nach der Wurzelbildung in ein größeres Tongefäß um, das am Boden eine dünne Drainageschicht enthält (siehe Seite 21). Gießen nicht vergessen und Staunässe meiden.



Kappen Sie zwei bis drei Wochen nach dem Umpflanzen die Spitzen der Triebe, sodass sich Ihr Junglavendel von Anfang an gut verzweigt.

## ERNTE UND TROCKNUNG

Lavendel, der für Trockensträuße genutzt werden soll, ernten wir, sobald sich die ersten Blüten öffnen. Besonders gut eignet sich zum Beispiel *Lavandula angustifolia* 'Hidcote Blue'. Seine Blüten fallen beim Trocknen nicht ab. Zudem wirkt er aufgrund der kräftig violetten Blütenfarbe sehr dekorativ.

Wollen Sie Ihren Lavendel für die Küche und die Gesunderhaltung nutzen, sind Aroma und Heilkraft wichtig. Der richtige Erntezeitpunkt ist entscheidend. Erst wenn mindestens die Hälfte der Blüten vollständig geöffnet ist, hat sich das Aroma voll entfaltet. Sie werden feststellen, dass Ihr Lavendel zu diesem Zeitpunkt gut besucht ist von Bienen und Schmetterlingen. Der Duft der Blüten lockt Bestäuber an, die mit Nektar und Pollen belohnt werden. Ab diesem Zeitpunkt sind in der Regel zwei Wochen Zeit für die Ernte, bis der Lavendel vollständig durchgeblüht ist.

Ich schneide meinen Lavendel an einem sonnigen und trockenen Tag um die Mittagszeit. Ich achte darauf, dass mindestens zwei oder besser drei Tage sonniges, regenfreies Wetter vorausgehen. Meine Ernte entspricht gleichzeitig dem Sommerschnitt des Lavendels (siehe Seite 22). Für die Trocknung binde ich kleine Sträuße und hänge sie in meiner Kräuterhütte an einem warmen, schattigen Ort kopfüber auf. Alternativ können Sie den Lavendel liegend trocknen. Achten Sie darauf, dass er gut durchlüftet ist und die Stängel nicht zu dicht übereinanderliegen.

Wenn die Ähren rascheltrocken sind und sich die Blüten leicht von den Stängeln lösen, ist der Lavendel fertig getrocknet. Sie werden merken, wenn es so weit ist. Die genaue Dauer hängt von der Temperatur, dem Ort der Trocknung und der Luftfeuchtigkeit des jeweiligen Sommers ab.



Bio-Aromafarmen der Drôme provençale: Carole Roux erzählt von der heilenden Wirkung ihrer Aromapflanzen. Sie berichtet uns ihre Eindrücke zur »Lavendelerkrankheit« (siehe Seite 39).

## Tipp

Ich lade Sie ein zu einem Duftexperiment: Brechen Sie ein Zweiglein blühenden Lavendel ab. Zerteilen Sie den Lavendel in Stängel, Blätter, Blüten und Blütenkelche. Schnuppern Sie an den einzelnen Teilen. Sie werden feststellen, dass besonders die Stängel, Blätter und Blütenkelche fein duften. Diese Teile enthalten Öldrüsen, aus denen bei Berührung das ätherische Öl freigesetzt wird. Die Blüten selbst sehen schön aus, sind aber weniger aromatisch.

## AUFBEWAHRUNG

Von den getrockneten Blütenähren können Sie die Blüten und die Blütenkelche – letztere enthalten den eigentlichen Duft! – abrebeln und in einem geeigneten Gefäß aromadicht bis zur nächsten Ernte aufbewahren.

Bei einer kleineren Menge können Sie den getrockneten Pflanzenschnitt als Ganzes beiseite legen, zum Beispiel in einer kompakten Papiertüte, die Sie am offenen Ende mehrfach falten und mit hölzernen Wäscheklammern verschließen. Ich entnehme die Portion, die ich für meine Rezepte und Anwendungen benötige, und reble erst kurz vor dem Gebrauch ab. Dadurch bleibt das Aroma bestmöglich erhalten.

## Tipp

Werfen Sie die abgerebelten Stängel nicht weg. Sie können sie für ein Gesichtsdampfbad (siehe Seite 164), als Feueranzünder oder als Imkertabak nutzen (siehe Seite 54).

