

Köstliche Billigangebote aus der "Herrgottsapotheke"

Über den Holunder

Dieser Lobgesang auf den "Holderbusch" wird keinen Apotheker um sein Brot bringen, denn auch die Pharmazeuten wissen längst um die mannigfache Heilkraft aus Wurzeln, Rinden, Blättern, Blüten und Früchten dieses uralten Strauches, der wir begegnen in Pillen, Säften und Tees.

Schon den Steinzeitmenschen, den Griechen und Römern war der Holunder bekannt. In seiner Nähe schwand den Menschen die Angst vor Blitzschlag und Feuer. Sie pflanzten ihn in der Nähe ihrer Häuser, neben die Türen ihrer Ställe und Scheunen. Unter einem frisch gepflanzten Holunderbaum begruben sie ihre Toten, hatten den Sarg abgemessen mit einem Stab aus Fliederbeerholz, und der Sargführer soll sich einen Peitschenstiel aus einem Zweig dieses wohltätigen Baumes geschnitten haben. Holunder in der Kirchhofsecke durfte nicht beschnitten und geerntet werden. Aber den Vögeln unter Gottes weitem Himmel schmeckten stets die Fliederbeeren gut, und sie sorgten für seine weite Verbreitung besonders in Auwäldern und an Flußufern in der nördlichen Hemisphäre, aber auch in Südamerika, Ostafrika, Neuguinea und Australien gedeiht der Holderbusch sehr gut. Inzwischen haucht er auch auf mancher Schutthalde ein Wölkchen Romantik den Lebewesen um sich entgegen. Seine duftenden hellen Blütendolden locken viele Insekten an.

Das ist heute so, so war es längst auch ehedem, wenn unter den 3–8 m hohen Bäumen Mädchen ihren Reigen tanzten, während "böse Buben" sich Zweigstücke schnitten, das weiche weiße Mark aushöhlten und nun die grünen, unreifen Beeren der Fliederdolden neckisch pustend auf die Maiden schossen.

*"Oh, wer zählt die Wunder alle
dieses Bäumchens wohl?
Rinde, Beeren, Blatt und Blüte,
jeder Teil ist Kraft und Güte,
jeder segensvoll."*

*Laßt die Apothekerbüchsen
jedem, der sie mag;
wir, wir strecken mit dem Holder
jeden Lebensfeind darnieder
auf den ersten Schlag."*

So las ich in einem alten Kräuterbuch. Auch schon der heilkundige Pfarrer Künzle nennt den Schwarzen Holunder (*Sambucus nigra*) eine herrliche Gottesgabe, preist die Wirkung eines Suds aus seinen Wurzeln gegen Wassersucht, den Tee aus der hellgrünen Zwischenrinde gegen Magenweh, aus Blättern zur Blutreinigung, frische Blätter auf Wunden gelegt zu deren rascheren Heilung, Blüten gegen Rheumatismus und als Droge gegen vielerlei andere Schmerzen an Haupt und Gliedern. Er meint sogar, daß der Rote Bergholler (*Sambucus racemosa*) eine noch stärkere Heilkraft habe. Doch auf eine Gefahr sei hingewiesen: die öhlhaltigen Kerne der reifen roten Dolden sind giftig. Sie reizen Haut und Magen!

Reden wir aber nicht nur vom Holunderbaum als Lieferant der Medizin gegen mancherlei Zipperlein.

Der vanilleähnliche Duft seiner Blütendolden läßt Nase und Zunge schon die leckeren Küchlein ahnen, die, in Pfannkuchenteich getaut und in heißem Fett goldbraun gebacken, bestreut mit einem Schnereif aus weißem Puderzucker, eine Köstlichkeit sind, wie auch Holundermus, das Gelee aus den reifen Früchten, der heiße Fliederbeersaft an kalten Wintertagen und ein Gläschen Holunderlikör. Auch denen, die keinen Alkohol trinken wollen oder dürfen, wird der kühle "Holundersekt" munden aus 12 frischen Blüten-dolden, die mit 5 l Wasser, $\frac{3}{4}$ kg Zucker, 2 geschälten, zerschnittenen Zitronen und etwas Weinessig aufgekocht werden. Nach einigen Tagen ist dieser Saft, kühl serviert, ein labendes Getränk aus der billigen "Herrgottsapotheke".

Anne Bahrs, Pogwischgrund 18a, 2000 Hamburg 73