



Ein Duft erzählt Geschichten

... gehört in die Küchen Keller und Apotheken darum dass alle Speiß und Tranck mit Roßmarin bereitet lieblich und wol schmecken stärcket Herz und allerley Sinn...

Tabernaemontanus, der berühmte Apotheker und Botaniker des 15. Jahrhunderts, hat in seinem Heilpflanzenbuch schon auf die besonderen Fähigkeiten des Rosmarins hingewiesen. Neue Studien bestätigen, was der gute Mann damals schon wusste: Zwei britische Forscher haben nachgewiesen, dass bestimmte Inhaltsstoffe der Pflanzen die Leistungsfähigkeit unseres Gehirns tatsächlich steigern.

Mark Moss und Lorraine Oliver von der Northumbria University in Newcastle ließen insgesamt 20 Probanden unterschiedlich lang in einer Kabine ausharren, die intensiv nach Rosmarin duftete. Davor und danach grubelten die Versuchsteilnehmer über verschieden schwierigen Kopfrechenaufgaben. Tatsächlich lösten die Probanden mehr Aufgaben richtig, wenn sie den ätherischen Ölen des Rosmarins längere Zeit ausgesetzt waren. Zudem errechneten sie die Ergebnisse auch wesentlich schneller als vorher.

Viele lieben Rosmarin so sehr, dass sie sich einen sommerlichen Kräutergarten oder einen Gewürzbalkon ohne ihn gar nicht vorstellen können. Die Imagination des Südens umgibt den mythischen, intensiv duftenden Strauch bei jedem Gebrauch.

Klare, würzige Luft, Sommer, Wellenrauschen und Wärme, der Rosmarin führt immer Bilder seiner Heimat mit sich, und sein Duft erzählt jedem eine andere Geschichte. Viele aber sind verbunden mit dem einzigartigen Glücksgefühl sonnendurchfluteter Ferientage.

Seine Heimat ist der Mittelmeerraum, hier wächst er wild mit intensiven blauen oder rosa Blüten, formt Garrigues und Macchien, ist präsent in Gewürzmischungen, auf gefüllten Tellern unter Weinlauben oder an Meeresufern, verleiht Soßen und Eisgekühltem sei-

Man nennt ihn Tau des Meeres – ros marinus – oder rhops myrinos, den balsamischen Strauch, auch Hochzeitsbleaml oder Kranzenkraut. Rosmarin wird seit Urzeiten als Gewürz und Heilkraut verwendet. Man spricht ihm besondere Kräfte zu, verwendet ihn als Liebeszauber und für den Totenkult. Studien bestätigen seine positive Wirkung auf die Gehirnleistung.

ILSE FISCHER



Bilder: SN/FOTOLIA

ne typische Note, findet sich in Brautkränzen und als Grabbeigabe.

Den Ägyptern, Griechen und Römern war er heilig, man weihte ihn der Göttin Aphrodite, Jungfrauen wurden mit ihm bekränzt, Verheißungen von Glück, guter Ehe, Fruchtbarkeit und Verlässlichkeit wurden ihm zugeschrieben.

„Und da ist Rosmarin, das ist für die Treue.“ Mit diesen Worten band Ophelia in Shakespeares Hamlet dem Helden einen Kranz aus den duftenden Zweigen.

Er soll das Gedächtnis stärken und wurde daher auch ein Treuesymbol für alle Liebenden. Früher gab es Brautkränze aus Rosmarin, reich vergoldet und mit bunten Bändern umwunden. In Spanien wird er heute noch verehrt, weil die Jungfrau Maria auf der Flucht nach Ägypten unter einem Rosmarinbusch Zuflucht gefunden haben soll. Der Legende nach breitete sie ihren Mantel darüber und die weißen Blüten färbten sich blau.

Der harzreiche Rosmarin wurde zur Luftreinigung in Krankenzimmern verbrannt, und in Gerichtshöfen verstreute man seine Zweiglein zum Schutz vor Gefängnisfieber. In Pestzeiten trug man ihn in hohlen Spazierstockgriffen oder in Säcken um den Hals und noch heute breiten in manchen Mittelmeerdörfern die Frauen ihre Wäsche zum Trocknen über einen Strauch in der Sonne, damit sein Motten vertreibendes Aroma in die Laken und Polster eindringen kann.

Er soll böse Träume fernhalten und den Toten, die einen Zweig mit Blüten in der Hand halten, die Reise in das Land der unsterblichen Seelen mit seinem Duft versüßen.

Der aromatische Strauch mit seinen harzigen, leicht bitteren Nadeln verbindet also immer auch Leben und Tod. Er findet sich als Liebesymbol und Hochzeitsschmuck, und die Legende sagt, dass derjenige, den man mit einem blühenden Zweig berührt, in Liebe entflammen würde. Und er begleitet mit seiner Symbolik den Menschen von der Geburt bis zum Tod, denn in vielen Kulturkreisen findet man ihn am Ende als Totenpflanze

wieder, die die Verstorbenen und die Lebenden reinigen soll.

Ob Sage oder doch Wahrheit, eines ist geblieben – der Duft des Rosmarins ist einzigartig und unverkennbar.

Er war Bestandteil des ersten destillierten Parfüms, das unter dem Namen Ungarisches Wasser 1370 registriert wurde. Benannt nach Königin Elisabeth von Ungarn, der ein Einsiedler das Duftwasser brachte und ihr Schönheit bis zum Tode versprach. Auch das berühmte Kölnisch Wasser enthält Rosmarinöl als Duftkomponente.

Bevor er seinen Siegeszug in unseren Küchen antrat, war er bei unseren südlichen Nachbarn immer schon Bestandteil ihrer Speisen und Gewürzmischungen. Herbes de Provence wären undenkbar ohne ihn, er ist in Italien und Frankreich klassisches Grillgewürz und er harmoniert mit Gemüse ebenso wie mit vielen anderen Zutaten. Rosmarinsorbet ist in Mode, Rosmarinhonig zu würzigem Käse ebenso, aber auch einer schlichten Salzbutterschmelze verleiht er gemeinsam mit anderen Kräutern einen südlichen Geschmack.

Steckt man zum Beispiel unterschiedliche Sorten Fleisch und Gemüse auf einen Rosmarinspieß, so entfaltet er beim Braten oder Grillen seinen Duft.

Wagen Sie doch eine Tour de Rosmarin und veredeln eine klassische Polenta mit klein gehackten Nadeln oder geben einer Erdbeermarmelade eine pikante Note, in dem Sie etwas selbst gemachte Rosmarin-essenz beifügen. Frittiert als Beilage ist er ebenso ein Hit wie als Marinade für gegrillte Pfirsiche. Legen Sie dazu reife, geschälte Pfirsiche für zwei Stunden in Ahornsirup mit klein gehackten Nadeln und dann auf den Grill. Sie werden sehen, welcher Geschmack und Duft sich dabei entfaltet wird. Ihrer (Rosmarin-)fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Konservieren Sie den südlichen Flair und geben drei Zweiglein in eine dunkle Flasche mit gutem Olivenöl. Sie werden an trüben Tagen ein olfaktorisches Wunder an Sommerduft erleben und eintauchen in die üppige Duftwelt des Taus des Meeres.