

# Materialsammlung

## Kräuterprojekt - Grundschule



### Inhaltsverzeichnis:

- Hinweise zur Durchführung
- Materialliste
- Einführungsgeschichte
- Stationen-Heft (Forscherheft)
- Materialien der Stationen:
  - Station 1: Anleitung, Tippkarte 1 und 2
  - Station 2: Anleitung, Arbeitsblatt (mit Lösung), Tippkarte
  - Station 3: Anleitung, Arbeitsblatt, Tippkarte
  - Station 4: Anleitung, Arbeitsblatt (mit Lösung), Tippkarte 1 und 2
  - Station 5: Anleitung, Info-Rätsel-Blatt, Tippkarte
  - Station 6: Anleitung, Tippkarte
  - Station 7: Anleitung, Arbeitsblatt 1 und 2 (je mit Lösung)
  - Station 8: Anleitung, Rezept-Ideen, Rezept-Vorlage
  - Station 9: Anleitung
- Bestimmungsbüchlein
- Info-Texte der Pflanzen - Einsteiger:
  - Basilikum
  - Borretsch
  - Lavendel
  - Majoran
  - Pfefferminze
  - Rosmarin
  - Salbei
  - Thymian
- Info-Texte der Pflanzen - Profi:
  - Basilikum
  - Borretsch
  - Lavendel
  - Majoran
  - Pfefferminze
  - Rosmarin
  - Salbei
  - Thymian
- Beet-Schilder (Schild-Vorderseiten ist obere Tabellenzeile, Schild-Rückseite ist untere Tabellenzeile)

# Kräuter mit den Sinnen erleben

## Hinweise zur Durchführung

### Allgemein:

- Was ist der Inhalt?  
Das Material dient zur Auseinandersetzung mit den Sinnen anhand der Erforschung von Kräutern und erweitert das Wissen über die ausgewählten Pflanzen z.B. bezüglich des Erscheinungsbildes und der Verwendung.
- Wie wird gearbeitet?  
Die Schüler\*innen bearbeiten die Stationen zu den verschiedenen Themen in Partnerarbeit. Die Unterrichtsstunde wird idealerweise von mindestens zwei Personen betreut.
- Wo findet die Einheit statt?  
Die Stationenarbeit kann an allen Orten durchgeführt werden, wo die notwendigen Kräuter vorhanden sind, etwa im Schulgarten, kann aber auch im Klassenzimmer mit Topfpflanzen durchgeführt werden.
- Wann kann die Stunde durchgeführt werden?  
Am besten eignen sich die Monate Juni und Juli. Für die Durchführung sollten etwa zwei Unterrichtsstunden eingeplant werden.

### Vorbereitung:

- Vorbereitungen vor dem Exkursionstag
  - ggf. Topfpflanzen besorgen  
(sollten mit Bildern aus Bestimmungsbuch übereinstimmen, besonders Acht geben bei: Majoran, Pfefferminze, Thymian)
  - Material zum Kochen besorgen (Quark, Salz, Pfeffer)
  - Kräuter-/Minzbonbons oder -kaugummis zum Probieren besorgen
  - Geruchs-Memory-Döschen mit echten Kräutern befüllen (Nummern den entsprechenden Kräutern richtig zuordnen, siehe Liste in der Box!)
- Vorbereitung des Lernorts
  - Kopiervorlagen kopieren
  - Forschertaschen befüllen  
→ Lupe, Lineal, Forscherhefte, Bestimmungsbuch, evtl. Klemmbrett
  - Namensschilder der Pflanzen platzieren
  - Stationen inklusive zugehörigem Material verteilen
- Vorlesen der Einführungsgeschichte
  - Eigenschaften des gesuchten Krauts wiederholen
  - ggf. Lösungsvorschläge zum gesuchten Kraut
  - Verhaltensregeln wiederholen
- Organisation der Stationenarbeit
  - allgemeinen Ablauf erklären (Pflicht-/Wahlstationen, Reihenfolge, ...)
  - Stationen-Heft und enthaltene Symbole besprechen
  - Schüler\*innen in Forscherteams von zwei Kindern einteilen
  - Forschertaschen aushändigen

### Durchführung:

- Stationen kurz vorstellen und Umgang mit dem Bestimmungsbuch erläutern
- Arbeitsphase
  - 1. Station: Bestimmung von Pflanzen anhand des Bestimmungsbuches
  - 2. Station: Wiedererkennen von Detailaufnahmen verschiedener Kräuter
  - 3. Station: Zeichnen eines Blattes
  - 4. Station: Betasten von Kräutern und Zuordnung zu Beschreibungen
  - 5. Station: Informationen zu Einsatzmöglichkeiten der Düfte
  - 6. Station: Memory mit ätherischen Kräuter-Ölen
  - 7. Station: Hören über Heilwirkungen von Kräutern und Zuordnung der Beschwerden
  - 8. Station: Anregung zum Einsatz verschiedener Kräuter in der Küche
  - 9. Station: Herstellung und Verkostung eines Kräuterquarks
- zum Ausfüllen der Erinnerungs-Seite im Forscherheft auffordern

### Abschluss:

- Ausgangsproblem aufgreifen und Lösungen besprechen
- Impulsfragen zur Stationenarbeit, z.B.
  - Hast du etwas Beeindruckendes erlebt?
  - Konntest du mit einem bestimmten Sinn die Kräuter besonders gut wahrnehmen?
  - Hast du etwas gelernt, das du in deinem Leben anwenden kannst?
  - War etwas an den Stationen sehr schwer oder sehr leicht?
- Möglichkeiten zum Stellen offener Fragen geben

# Materialliste

## Materialbox:

- Kräuter-Schilder
- Einführungsgeschichte
- Anleitungen der Stationen
- Arbeitsblätter (Kopiervorlagen)
- Forscher-Taschen
  - Bestimmungsbuch
  - Stationen-Heft
  - Lineal (nicht enthalten)
  - Lupen (nicht enthalten)
- Geruchsdosen und ätherische Öle  
(Befüllung der Geruchsdosen mit frischen Kräutern nicht enthalten)
- bunte Stifte + Lösungsblatt (für Station 7)

## zusätzlich zu Materialbox mitzunehmen:

- Lineale (für jedes Paar)
- Lupen (für jedes Kind)
- Tablet und Kopfhörer (vier bis sechs Sätze)
- Bretter und Messer
- ggf. Topfpflanzen
- frische Kräuter für Geruchs-Döschen
- Kräuter-/Minzbonbons oder -kaugummis
- Quark (in kleinen Schüsseln mit Löffel)
- Gewürze (Salz, Pfeffer, Zitrone)
- Brot

## Einführungsgeschichte




Ben macht sich gerade auf den Weg nach draußen, um Kräuter zu sammeln für seine Mama, die sie für einen Salat haben wollte. Er packt seine Tasche ein und zieht los.

Im Garten angekommen erinnert er sich daran, was Mama ihm noch gesagt hat: „Sei ja vorsichtig im Garten und pass' auf die anderen Pflanzen auf! Du brauchst dich nicht zu beeilen und schnell herumrennen, achte lieber darauf, dass du auf den Wegen bleibst und nicht aus Versehen auf die Pflanzen trittst. Pflücke wirklich nur die Kräuter, die du brauchst und lass die anderen weiterwachsen, vielleicht braucht die jemand anderes. Und denk daran, deine Tasche und alle Sachen wieder mitzunehmen und nichts in den Beeten liegen zu lassen.“ Er geht also behutsam durch den Garten und macht sich auf die Suche nach der Pflanze.

Aber wie hieß die gleich nochmal? Ohje, jetzt hat Ben doch glatt den Namen vergessen! Zum Glück hat Mama ihm noch ein paar Dinge über die Pflanze erzählt: „Ich tue sie heute in den Salat, weil sie so erfrischend schmeckt, aber oft mischen wir sie auch in Quark. Die Blätter fühlen sich am Rand etwas spitz an, aber ich schneide die eiförmigen Blätter immer ganz klein, dann merkt man es nicht mehr. Die rosa Blüten kommen nicht ins Essen, sehen aber schön aus zum Dekorieren. Wenn ich die Blätter schneide, riecht es immer im ganzen Raum nach Kaugummi und frischem Atem. Das finde ich toll! Es macht übrigens auch nichts, wenn du etwas mehr mitbringst, dann koche ich aus dem Rest einen Tee, den habe ich dir früher auch immer gegeben, wenn dir schlecht war oder du spucken musstest. Aber achte gut darauf, dass du die richtige Pflanze pflückst. Wenn du dir nicht sicher bist, benutze deine Sinne und überprüfe, ob der Geruch, der Geschmack, das Aussehen und das Gefühl passt.“

Kannst du Ben helfen, dass er seiner Mama die richtige Pflanze für den Salat mitbringt?

Lösung: Pfefferminze

1. i	👁️	Pflanzendetektiv	🔍 📖	😊 😐 😞
2.	👁️	Gesucht - gefunden	📄 ✍️	😊 😐 😞
3.	👁️	Unter der Lupe	📄 📏 🔍	😊 😐 😞
4. i	👉	Klecks - Rezept	📄	😊 😐 😞
5.	👉	Wusstest du...?		😊 😐 😞
6.	👉	Riech - Memory	👃	😊 😐 😞
7. i	👂	Natur - Apotheke	📄 🗑️ 📱	😊 😐 😞
8.	👂	Rezeptideen	📄 	😊 😐 😞
9. i	👂	Probier' mali	🔪 🥄 🍵 📱	😊 😐 😞

Laufzettel

# Stationen-Heft

## „Kräuter erleben“




Dieses Heft gehört: .....




„Helft mir bei der Suche!“

### Rätsel:


Wir suchen ein Kraut, ...

... das eiförmige Blätter und rosa Blüten hat. 

... dessen Blätter sich am Rand spitz anfühlen. 

... das wie Kaugummi riecht. 

... das gegen Übelkeit hilft. 

... das man gut in Quark nutzen kann  
und erfrischend schmeckt. 

Lösung: \_\_\_\_\_

Wir müssen aufpassen, ...

... dass wir nicht grundlos Pflanzen abrupfen.

... dass wir auf keine Pflanzen treten.

... dass wir keine Sachen irgendwo Liegen  
lassen.

### Erinnerungs-Seite



An diese Kräuter kann ich mich noch erinnern:

---

---

---



Mit diesen Sinnen kann ich die Kräuter unterscheiden:

---

---

---



Das fand ich besonders interessant:

---

---

---

---

---



# Natur-Apotheke

## Arbeitsblatt 2



hören

Trage ein, welche Beschwerden man mit den Kräutern behandeln kann.

Rosmarin \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lavendel \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Thymian \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pfefferminze \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Basilikum \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Salbei \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# Unter der Lupe

## Arbeitsblatt



sehen

Zeichne das Blatt hier ein.

Oberseite

Unterseite

Wie groß ist das Blatt?

Länge: \_\_\_\_\_ Breite: \_\_\_\_\_



4

## Klecks – Rezept

## Arbeitsblatt



fühlen

## Kräuter-Trank

- |           |  |  |
|-----------|--|--|
| 5 Blätter |  | mittelgroße Blätter mit glatter, ledriger Oberfläche, eher dünn, am Ende spitz |
| 2 Blätter |  | mittelgroße bis große Blätter, biegsam, behaart mit rauen Borsten              |
| 2 Zweige  |  | kleine, schmale Blätter, ähnlich wie Tannennadeln, fest, glatte Oberseite      |
| 4 Blätter |  | mittelgroße, längliche Blätter, dick, hubbelige und samtig weiche Oberfläche   |
| _____     |  | _____  |

1. Sammle Blätter folgender Pflanzen:  
Basilikum, Borretsch, Lavendel, Rosmarin, Salbei
2. Fühle und rieche an den Blättern.  
Ordnet danach in Partnerarbeit die richtige Pflanze der jeweiligen Stelle im Rezept zu.
3. Fügt eurem Rezept noch eine Geheimzutat mit Beschreibung hinzu und kocht das Rezept nach.  
Gebt dafür alle Zutaten in einen Kessel mit heißem Wasser und lasst es einige Minuten ziehen.  
Der Trank gibt euch die Kraft, in die Zukunft zu sehen.



## Natur-Apotheke

## Arbeitsblatt 1



SCAN MICH



hören

Markiere die Kräuter und die Beschwerden, die man mit ihnen behandeln kann. Verbinde sie farbiger oder kreise sie farbiger ein. Benutze für jedes Kraut eine andere Farbe.

	Wunden
Rosmarin	Konzentrationschwächen
Lavendel	Schlaflosigkeit
Thymian	Erschöpfung
Pfefferminze	Erkältungen
Basilikum	Husten
Salbei	Stiche
	Bauchschmerzen und Übelkeit
	Blähungen
	Halsschmerzen





## Pflanzendetektiv



sehen

### Material:

- Bestimmungsbuch 
- Lupe 

### Aufgabe:

1. Suche dir 3 der gekennzeichneten Pflanzen heraus.
2. Betrachte die Blätter und Blüten genau unter der Lupe. Achte dabei auf die Merkmale im Bestimmungsbuch.



3. Bestimme die Pflanzen mit dem Bestimmungsbuch
4. Vergleiche deine Lösung mit dem Schild.  
Hast du gute Detektiv-Arbeit geleistet?



Vergleiche deine ausgewählten Kräuter miteinander. Welche Unterschiede und welche Gemeinsamkeiten haben sie?



## Pflanzendetektiv



sehen

### Tippkarte

*Handwritten-style decorative line*

Manchmal fällt die Entscheidung schwer und du weißt nicht weiter.

Wenn du nicht weiterkommst, suche deine ausgewählte Pflanze hinten im Bestimmungsbuch und vergleiche deine Beobachtungen mit der Beschreibung.



Pflanzendetektiv



sehen

### Tippkarte

Du bist bei einer anderen Pflanze herausgekommen?

Das macht gar nichts! Vergleiche deine Beobachtungen mit der Beschreibung und versuche den Fehler zu finden. Schau dir diesen Teil der Pflanze nochmal genau an.



## Gesucht – gefunden




sehen

### Material:

- Arbeitsblatt
- Folienstift

### Aufgabe:

1. Sieh dir die Bilder genau an. Kannst du die Pflanzen schon erkennen?
2.  Suche die Kräuter im Beet und trage die passenden Namen mit Folienstift unter den Bildern ein.
3. Vergleiche deine Ergebnisse mit der Lösung.
4. Wische das Arbeitsblatt wieder ab.

2

Gesucht - gefunden



sehen

Arbeitsblatt

Welche Kräuter kannst du hier sehen ?





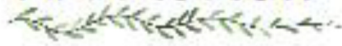


Gesucht - gefunden



sehen

Arbeitsblatt



Welche Kräuter kannst du hier sehen ?



Salbei



Majoran



Borretsch

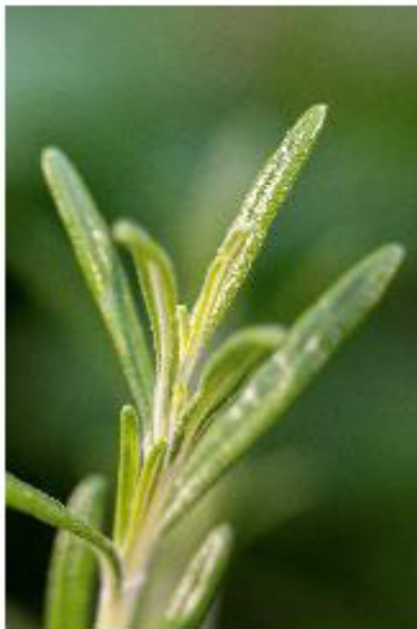




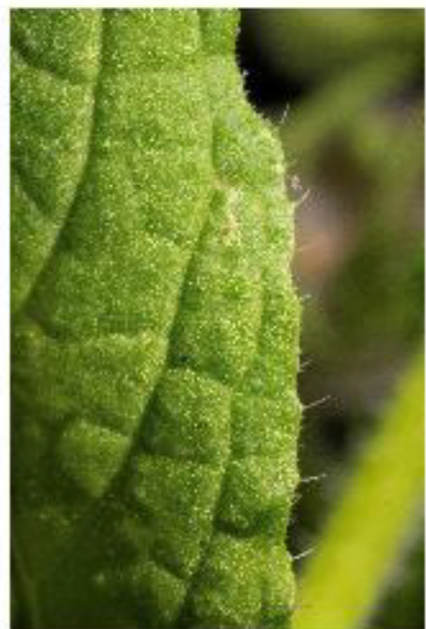
Pfefferminze



Lavendel



Rosmarin



Borretsch



Gesucht – gefunden



sehen

### Tippkarte

Die richtigen Blätter zu finden, ist manchmal gar nicht so leicht.

Finde bei den Blättern eine Besonderheit (zum Beispiel ein gesägter Rand, eine unebene Oberfläche oder Borsten auf dem Blatt) und suche dieses Merkmal bei den Blättern der Kräuter. Du kannst auch eine Lupe zur Hilfe nehmen.






## Unter der Lupe





sehen

### Material:

- Lupe 
- Lineal 
- Arbeitsblatt 

### Aufgabe:

1. Suche eine der gekennzeichneten Pflanzen heraus.
  -  2. Betrachte ihre Blätter genau unter der Lupe und miss ihre Länge und Breite.
  3. Zeichne das Blatt von oben und von unten auf das Arbeitsblatt ab und schreibe die Größe dazu.
-  Tausche die Zeichnung mit deinem Partner oder deiner Partnerin und versuche zu bestimmen, welche Pflanze er oder sie gezeichnet hat.

3

Unter der Lupe




sehen

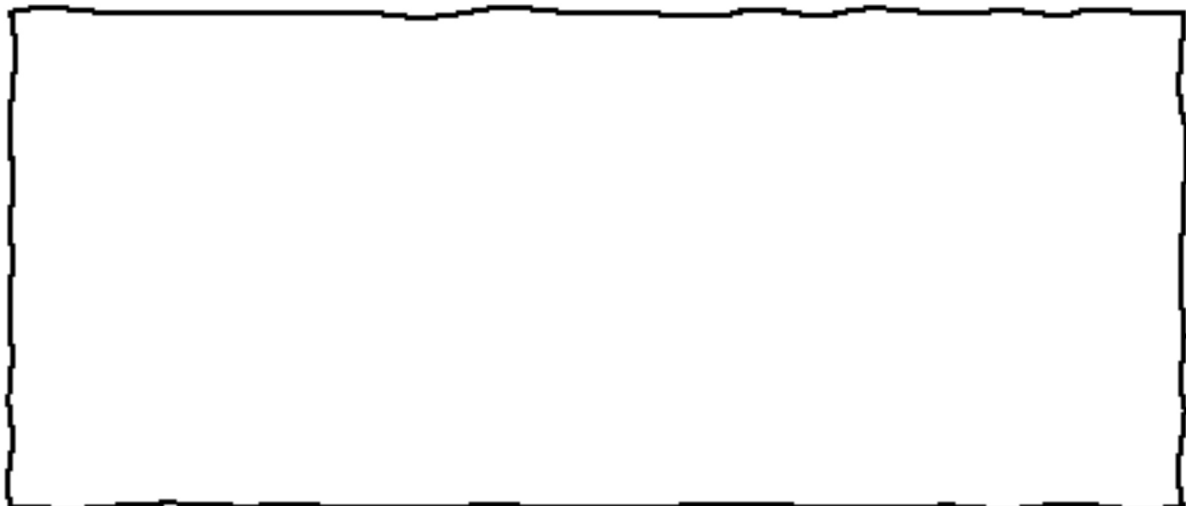
Arbeitsblatt

Zeichne das Blatt hier ein.

Oberseite



Unterseite



Wie groß ist das Blatt?

Länge: \_\_\_\_\_ Breite: \_\_\_\_\_



## Unter der Lupe



sehen

### Tippkarte

Orientiere dich beim Betrachten an den Merkmalen aus deinem Bestimmungsbuch (Form, Spitze und Rand) und zeichne diese möglichst genau ab.


Kannst du auch die Linien sehen? Versuche sie auch einzuzichnen.



## Klecks - Rezept



### Material:

- Arbeitsblatt 

### Aufgabe:

Das Rezept von Mama ist ganz verkleckert und man kann die Zutaten nicht mehr lesen. Zum Glück sind die Beschreibungen noch lesbar.



1. Taste dir Blätter der Kräuter mit geschlossenen Augen ab und achte darauf was du spürst.

Welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten fallen dir auf?

2. Lese dir das Rezept mit den Beschreibungen genau durch.



3. Ordne die Kräuter den passenden Beschreibungen zu.

4. Vergleiche deine Ergebnisse mit der Lösung.



- Füge deine Geheimzutat mit ihrer Beschreibung zum Rezept hinzu.

4

# Klecks - Rezept

## Arbeitsblatt



fühlen

### Kräuter-Trank

- |           |  |  |
|-----------|--|--|
| 5 Blätter |  | mittelgroße Blätter mit glatter, ledriger Oberfläche, eher dünn, am Ende spitz |
| 2 Blätter |  | mittelgroße bis große Blätter, biegsam, behaart mit rauen Borsten              |
| 2 Zweige  |  | kleine, schmale Blätter, ähnlich wie Tannennadeln, fest, glatte Oberseite      |
| 4 Blätter |  | mittelgroße, längliche Blätter, dick, hubbelige und samtig weiche Oberfläche   |
| _____     |  | _____  |

1. Sammle Blätter folgender Pflanzen:  
Basilikum, Borretsch, Lavendel, Rosmarin, Salbei
2. Fühle und rieche an den Blättern.  
Ordnet danach in Partnerarbeit die richtige Pflanze der jeweiligen Stelle im Rezept zu.
3. Fügt eurem Rezept noch eine Geheimzutat mit Beschreibung hinzu und kocht das Rezept nach.  
Gebt dafür alle Zutaten in einen Kessel mit heißem Wasser und lasst es einige Minuten ziehen.  
Der Trank gibt euch die Kraft, in die Zukunft zu sehen.

4

# Klecks - Rezept


## Arbeitsblatt



fühlen

### Kräuter-Trank

5 Blätter	Basilikum	mittelgroße Blätter mit glatter, ledriger Oberfläche, eher dünn, am Ende spitz
2 Blätter	Borretsch	mittelgroße bis große Blätter, biegsam, behaart mit rauen Borsten
2 Zweige	Rosmarin	kleine, schmale Blätter, ähnlich wie Tannennadeln, fest, glatte Oberseite
4 Blätter	Salbei	mittelgroße, längliche Blätter, dick, hubbelige und samtig weiche Oberfläche

\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

1. Sammle Blätter folgender Pflanzen:  
Basilikum, Borretsch, Lavendel, Rosmarin, Salbei
2. Fühle und rieche an den Blättern.  
Ordnet danach in Partnerarbeit die richtige Pflanze der jeweiligen Stelle im Rezept zu.
3. Fügt eurem Rezept noch eine Geheimzutat mit Beschreibung hinzu und kocht das Rezept nach.  
Gebt dafür alle Zutaten in einen Kessel mit heißem Wasser und lasst es einige Minuten ziehen.  
Der Trank gibt euch die Kraft, in die Zukunft zu sehen.





## Klecks - Rezept



fühlen

### Tippkarte

Achte beim Betasten der Blätter auf ihre Größe, ihre Form, ihren Rand, ihre Oberfläche und ihre Dicke.

Vergleiche von jeweils zwei verschiedenen Blättern die oben genannten Merkmale.



## Klecks - Rezept



fühlen

### Tippkarte

Falls du die passenden Kräuter nicht findest, dann betaste nochmal die Blätter von Rosmarin, Basilikum, Borretsch, Salbei und Pfefferminze an. Ordne diese 5 Kräuter den Beschreibungen zu.



Wusstest du ... ?



riechen

Aufgabe:



1. Lese dir die Informationen zu den Verwendungen der Gerüche der Kräuter durch. Erkennst du, welches Kraut gemeint ist?




Kennst du noch weitere Möglichkeiten, wie man den Duft von Kräutern nutzen kann?



5

Wusstest du ... ?

Infoblatt



riechen

Hast du gewusst, was Kräuter alles Besonderes können?  
Lese dir die Texte durch und errate die gesuchte Pflanze.

Kleidermotten mögen den Geruch unserer Pflanze nicht.  
Kleidermotten sind kleine Insekten. Die Motten-Kinder essen besonders gerne die Stoffe von Tieren, also Wolle, Pelze, Federn und so weiter. Um diese fernzuhalten, hängt man gerne Duft-Säckchen gefüllt mit Blüten unserer Pflanze oder das Öl unserer Pflanze in den Kleiderschrank. Erkennst du den Duft der Säckchen?

Lösung: \_\_\_\_\_

Unsere Pflanze wird gerne in Bonbons oder Kaugummis verwendet. Diese wirken dadurch besonders erfrischend und kühlend und sorgen für einen frischen Atem. Probiere doch gleich mal welche aus.

Lösung: \_\_\_\_\_

Unsere Pflanze kann Blattläuse fernhalten.  
Blattläuse sind winzige Schädling, die Pflanzen ihren Saft aussaugen und sie so schwächen. Der Duft unserer Pflanze und ihrem Öl schützt aber die umliegenden Pflanzen vor diesen Schädlingen.

Lösung: \_\_\_\_\_



Wusstest du ... ?



Tippkarte

Wenn es dir schwerfällt, die Texte zu lesen, lasse dir von deinem Partner helfen.

Du kannst dir die Texte vorlesen lassen oder ihr wechselt euch mit dem Vorlesen ab.



## Riech - Memory



### Material:

- Geruchsdosen

### Aufgabe:

1. Rieche an 2 Dosen und überlege, ob sie den gleichen Geruch haben.
2. Wenn du 2 gleiche Gerüche gefunden hast, versuche zu erraten, welcher Duft es ist.  
Überprüfe deine Vermutung auf der Unterseite der Dosen.
3. Riecht abwechselnd an jeweils 2 Dosen und spielt, bis ihr alle Paare gefunden habt.



Rieche nun an den echten Kräutern. Reibe dazu die Blätter zwischen deinen Fingern und rieche an ihnen. Erkennst du die Gerüche wieder?



Nimm dir nun die Kräuter-Box, in der Döschen mit echten Kräutern befüllt sind.

Errätst du, welches Kraut in welchem Döschen ist? Scanne dafür den QR-Code und ordne die Kräuter den Zahlen auf den Döschen zu.





## Riech - Memory







### Tippkarte

Es gehören jeweils eine ganz silberne Dose und eine Dose mit blauem Ring zusammen.

Falls ihr Schwierigkeiten habt die richtigen Paare zu finden, riecht an einer Dose und versucht zusammen, die passende Dose mit dem gleichen Geruch zu finden.



## Material:

- ↓ Tablet  & Kopfhörer 
- ↓ Arbeitsblatt 1  oder Arbeitsblatt 2 

## Aufgabe:

1. Scanne den QR-Code mit dem Tablet ein.



2. Höre dir den Informationstext sorgfältig an, den du darunter findest.  
Du kannst ihn dir so oft du magst anhören.
3. Fülle dabei das Arbeitsblatt zu den Wirkungen der Kräuter aus.





Natur-Apotheke

Arbeitsblatt 1



SCAN MICH

hören

Markiere die Kräuter und die Beschwerden, die man mit ihnen behandeln kann. Verbinde sie farblich oder kreise sie farblich ein. Benutze für jedes Kraut eine andere Farbe.

Rosmarin

Wunden

Konzentrationschwächen

Lavendel

Schlaflosigkeit

Erschöpfung

Thymian

Erkältungen

Pfefferminze

Husten

Stiche

Basilikum

Bauchschmerzen und  
Übelkeit

Salbei

Blähungen

Halsschmerzen



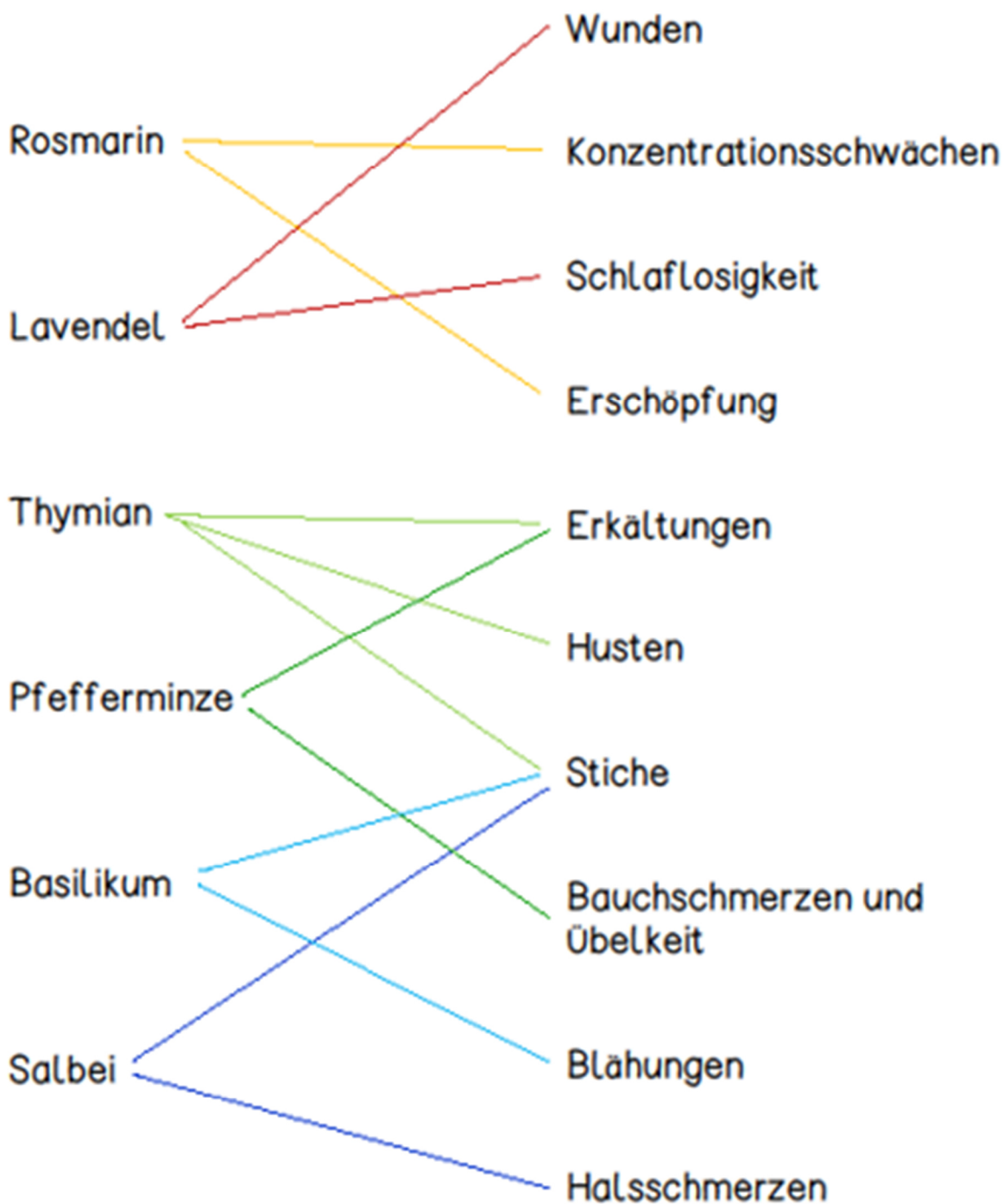
# Natur-Apotheke

## Arbeitsblatt 1



hören

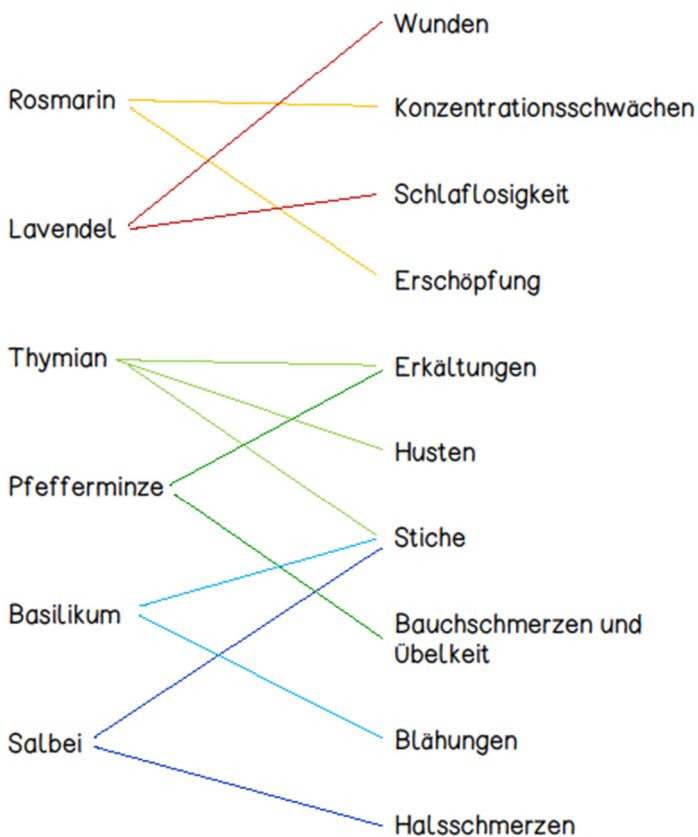
Markiere die Kräuter und die Beschwerden, die man mit ihnen behandeln kann. Verbinde sie farblich oder kreise sie farblich ein. Benutze für jedes Kraut eine andere Farbe.





Arbeitsblatt 1

Markiere die Kräuter und die Beschwerden, die man mit ihnen behandeln kann. Verbinde sie farblich oder kreise sie farblich ein. Benutze für jedes Kraut eine andere Farbe.





# Natur-Apotheke



hören

## Arbeitsblatt 2



Trage ein, welche Beschwerden man mit den Kräutern behandeln kann.

Rosmarin

---

---

Lavendel

---

---

Thymian

---

---

Pfefferminze

---

---

Basilikum

---

---

Salbei

---

---



# Natur-Apotheke



## Arbeitsblatt 2

Trage ein, welche Beschwerden man mit den Kräutern behandeln kann.

Rosmarin Konzentrationsschwierigkeiten, Erschöpfung

Lavendel Schlaflosigkeit, Wunden

Thymian Husten, Erkältung, Stiche

Pfefferminze Erkältung, Bauchschmerzen und Übelkeit

Basilikum Übelkeit, Blähungen, Stiche

Salbei Halsschmerzen, Stiche



## Rezeptideen



schmecken

### Aufgabe:

1. Lese dir die ausliegenden Rezepte durch und sammle Ideen, was du mit Kräutern kochen oder backen kannst.
2. Vielleicht magst du mal ein Rezept zu Hause ausprobieren. Lasse dir dabei aber unbedingt von einem Erwachsenen helfen!

Zu den Rezepten kommst du über den QR-Code in deinem Stationen-Handbuch.



Wofür verwendet ihr Kräuter zu Hause?

Bringe ein Rezept mit und füge es zur Rezeptsammlung hinzu.



# REZEPT FÜR

## Basilikum - Pesto

### **SO GEHT'S:**

1. Gib alle Zutaten in einen Standmixer.  
Alternativ kannst du auch eine hohe Schüssel und einen Pürierstab verwenden.
2. Mixe alles, bis alle Zutaten klein sind und du einen cremigen Pesto hast.  
Tipp: Vielleicht musst du zwischendurch kurz anhalten und die Zutaten mit einem Teigschaber oder Löffel zusammenkratzen.
3. Du kannst das Pesto zu Nudeln essen, auf ein Sandwich streichen oder wo auch immer du magst.

### **ZUTATEN:**

- 50 g Basilikum
- 50 g Pinienkerne
- 3 EL Olivenöl
- 3 EL Zitronensaft
- 3 EL Wasser
- 20 g geriebener Parmesan / Hefeflocken
- ½ TL Salz





# REZEPT FÜR

## Thymian - Cracker

---

### SO GEHT'S:

1. Heize den Ofen auf 260° C vor.
2. Hacke den Thymian fein und reibe die Schale von der Zitrone ab.
3. Verknete alle Zutaten 5 Minuten lang zu einem glatten Teig.
4. Rolle den Teig auf einem Backpapier aus, bis er so groß ist wie dein Backblech.
5. Schneide den Teig mit einem Pizza-Roller oder Messer in kleine Quadrate und steche jedes mit einer Gabel ein.
6. Ziehe das Backpapier vorsichtig auf das Backblech und schiebe das Backblech in den Ofen.
7. Stelle die Temperatur auf 210° C herunter und backe die Cracker etwa für 12-17 Minuten, bis sie leicht braun sind.

### ZUTATEN:

- 2 EL frischen Thymian
- 1 Bio Zitrone
- 150 g Mehl
- 30 g Vollkornmehl
- 1 TL Salz
- 175 g Wasser
- 2 EL (Oliven-)ÖL







# REZEPT FÜR

## Rosmarin - Plätzchen

### SO GEHT'S:

1. Heize den Ofen auf 180° C vor.
2. Hacke den Rosmarin fein.
3. Schlage die Butter mit Honig und Zucker mit dem Handrührgerät schaumig.
4. Rühre Mehl, Backpulver, Salz und Rosmarin unter, bis alles einen Teig ergibt.
5. Lege ein Backblech mit Backpapier aus und verteile den Teig gleichmäßig darauf.
6. Schiebe das Blech in den Ofen und backe die Plätzchen 12-14 Minuten, bis sie goldbraun sind.
7. Gleich nachdem du die Plätzchen aus dem Ofen geholt hast, schneidest du sie vorsichtig in Stücke.  
Achtung: verbrenne dich nicht!!!

### ZUTATEN:

- 160 g weiche Butter / Margarine
- 2 EL Honig / Agavendicksaft
- 60 g Zucker
- 240 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- ¼ TL Salz
- 3 EL frischen Rosmarin





## REZEPT FÜR

### Minz - Zitronen - Eistee

#### **SO GEHT'S:**

1. Gieß den Tee mit etwa 300 ml heißem Wasser auf.
2. Nimm den Teebeutel nach 3 Minuten heraus, gib 4 Stängel Minze hinein und lass den Tee abkühlen.
3. Press die Zitrone aus und vermische den Saft mit dem kalten Tee und dem Apfelsaft in einer Kanne.
4. Gib in 2 große Gläser je 3 Eiswürfel und gieß den Eistee darüber.
5. Dekoriere die beiden Gläser mit den beiden übrigen Pfefferminzstängeln und lass dich erfrischen!

#### **ZUTATEN:**

- 1 Beutel schwarzer Tee
- 6 Stängel Pfefferminze
- 200 ml Apfelsaft (naturtrib)
- 1 EL Zitronensaft
- 6 Eiswürfel

Tipp: Wenn du magst, kannst du statt Apfel- und Zitronensaft auch 200 ml Ananassaft verwenden.





# REZEPT FÜR

---

## SO GEHT'S:

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ZUTATEN:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





## Probier' mal




schmecken

### Material:

- ↓ Schneidebrett  & Messer 
- ↓ Quark 
- ↓ Salz, Pfeffer  & Zitrone 

### Aufgabe:

1. Suche dir 1 - 3 Kräuter aus und pflücke jeweils ein paar Blätter. Besonders gut eignen sich Basilikum, Pfefferminze, Majoran, Thymian und Borretsch.
  2. Schneide die Blätter möglichst fein und rühre sie unter den Quark.
  3. Schmecke den Quark mit Salz, Pfeffer und Zitrone ab.
  4. Probiere den Quark auf einem Stück Brot.  
Kannst du die verschiedenen Kräuter schmecken?
-  Traust du dich, die Kräuter auch pur zu probieren? Nimm ein Stück von einem Blatt in den Mund und zerkaue es langsam. Wie findest du den Geschmack?

?

?

# Bestimmungsbuch



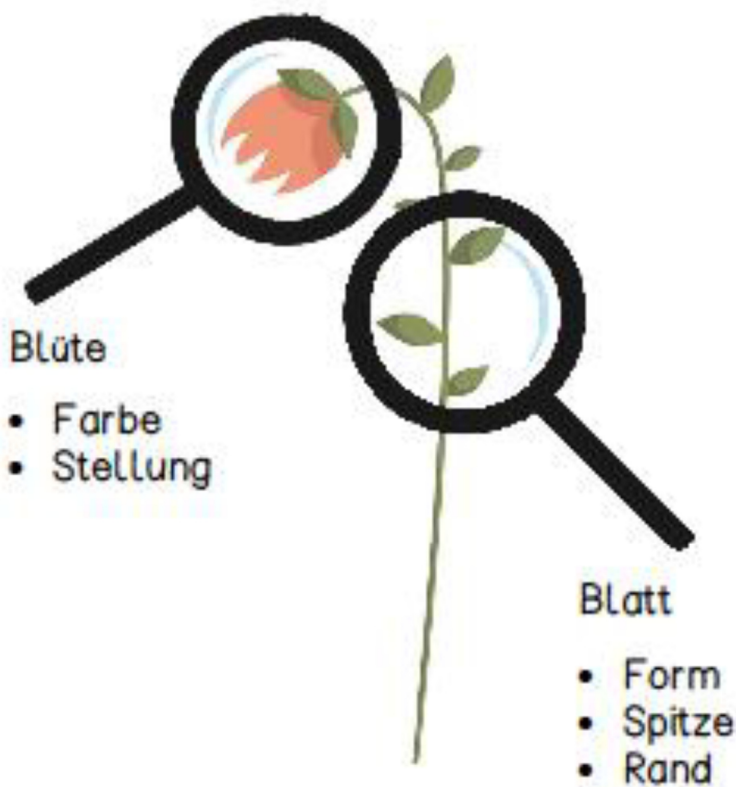
?

**Was ist das?**

?



## Begriffe



## Blatt

- Form



eiförmig



lineal

- Spitze



spitz



stumpf

- Rand



ganz



gesägt



gekerbt

## Blüte

- Stellung



am Stängelende



in Blattachseln

- Farbe



weiß



rosa



lila



blau

Welche Form hat das Blatt ?

- lineal



→ gehe zu Seite 4

- eiförmig



→ gehe zu Seite 5



## Wo sind die Blüten ?

- am Stängelende




→ gehe zu Seite 9

- in den Blattachseln




→ gehe zu Seite 10

Wie sieht die Blattspitze aus ?

- spitz 

→ gehe zu Seite 6


- stumpf 

→ gehe zu Seite 8


Welche Farbe hat die Blüte ?

- weiß 

→ gehe zu Seite 11


- rosa 

→ gehe zu Seite 7

- blau 

→ gehe zu Seite 12

Wie sieht der Blattrand aus ?


- ganz 

→ gehe zu Seite 13

- gesägt 

→ gehe zu Seite 14

Wie sieht der Blattrand aus ?

- ganz 

→ gehe zu Seite 15

- gekerbt 

→ gehe zu Seite 16

## Lavendel



Blattform: lineal

Blattspitze: spitz

Blattrand: ganz

Blütenfarbe: lila

Blütenstellung: am Stängelende

## Rosmarin



Blattform: lineal

Blattspitze: spitz

Blattrand: ganz

Blütenfarbe: lila - blau

Blütenstellung: in Blattachseln

## Basilikum



Blattform: eiförmig

Blattspitze: spitz

Blattrand: ganz

Blütenfarbe: weiß

Blütenstellung: am Stängelende



## Borretsch



Blattform: eiförmig

Blattspitze: spitz

Blattrand: wellig

Blütenfarbe: blau

Blütenstellung: am Stängelende

## Majoran



Blattform: eiförmig

Blattspitze: spitz

Blattrand: ganz

Blütenfarbe: rosa

Blütenstellung: in Blattachseln

## Pfefferminze



Blattform: eiförmig

Blattspitze: spitz

Blattrand: gesägt

Blütenfarbe: rosa

Blütenstellung: am Stängelende

## Thymian



Blattform: eiförmig

Blattspitze: stumpf

Blattrand: ganz

Blütenfarbe: rosa

Blütenstellung: am Stängelende

## Salbei



Blattform: eiförmig

Blattspitze: stumpf

Blattrand: gekerbt

Blütenfarbe: lila

Blütenstellung: am Stängelende

# Basilikum

Basilikum wuchs früher nur in Asien und Afrika.  
Erst durch die Seefahrt wurde die Pflanze in andere Gebiete transportiert.  
Heute wird Basilikum fast überall angepflanzt und vor allem zum Kochen verwendet.



Im Ursprungsland Indien wurde Basilikum wegen seines Duftes zum „Heiligen Kraut“ des Gottes Vishnu geweiht.

Im Mittelalter galt Basilikum als „Zauberkraut“ gegen böse Geister.



Der Name „Basilikum“ kommt aus dem Griechischen.

Er bedeutet „königliche Heilpflanze“.

Daher wird die Pflanze auch als „Königskraut“ oder „Königsbalsam“ bezeichnet.



Basilikum

Quelle:

<https://pixnio.com/free-images/2017/03/15/2017-03-15-10-45-10-1152x768.jpg>

## Borretsch

Borretsch ist auch unter dem Namen „Gurkenkraut“ bekannt.  
Die Blätter der Pflanze, sowie ihr Geruch und ihr Geschmack erinnern an Gurken.  
Ursprünglich kommt Borretsch aus Kleinasien und dem Mittelmeerraum.  
Die Araber verbreiteten ihn in Spanien und somit schließlich in ganz Europa.

Borretsch lockt Schmetterlinge und Bienen an.  
Dafür verwendet die Pflanze hell leuchtende Blüten.  
Im UV-Licht sieht man diese besonders gut.  
Außerdem bietet der Borretsch besonders viel Nektar.



Borretsch

Quelle:

[https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/80/Borretsch%2C\\_lat.\\_Borago\\_officinalis\\_06.jpg/675px-Borretsch%2C\\_lat.\\_Borago\\_officinalis\\_06.jpg?20150916145622](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/80/Borretsch%2C_lat._Borago_officinalis_06.jpg/675px-Borretsch%2C_lat._Borago_officinalis_06.jpg?20150916145622)

## Lavendel

Bereits im alten Ägypten wurde Lavendel gerne benutzt.

Man verwendete ihn für Parfüm und Salben.

Im Grab des Pharaos Tutanchamun wurde eine Salbe gefunden, die immer noch schwach nach Lavendel duftete.



Auch deutlich später im englischen Königshaus war der Lavendel sehr beliebt.

Die Palast-Böden wurden damals mit einem Gemisch aus Lavendel und Bienenwachs gereinigt.



In Frankreich wurden Handschuhe mit Lavendel-Parfüm eingesprüht, um sie mit dem Lavendel-Duft besonders zu veredeln.



Lavendel

Quelle:

[https://www.ndr.de/ratgeber/garten/bluehenderlavendel100\\_v-fullhd.jpg](https://www.ndr.de/ratgeber/garten/bluehenderlavendel100_v-fullhd.jpg)



## Majoran (wilder)

Man nimmt an, dass Majoran in Ägypten und Arabien schon 1 Jahrtausend vor Christus angebaut und verwendet wurde.

In der Antike war er bereits als Heil- und Gewürzkraut bekannt.

Athleten rieben sich im alten Griechenland mit Majoran-Öl ein, wegen dessen krampflösender Wirkung.



Man brachte Majoran in Verbindung mit Aphrodite, der Göttin der Liebe und Schönheit. Daher bekamen frisch verheiratete Paare einen Majoran-Kranz um den Hals gelegt.

Majoran-Öl ist auch als Opfergabe verwendet worden.



Majoran

Quelle:

[https://www.picturethisai.com/image-handle/website/cmsname/image/1080/1526157530303744.jpeg?x-oss-process=image/format.webp/resize,s\\_422&v=1.2](https://www.picturethisai.com/image-handle/website/cmsname/image/1080/1526157530303744.jpeg?x-oss-process=image/format.webp/resize,s_422&v=1.2)

## Pfefferminze

Schon vor tausenden Jahren war die Pfefferminze wegen ihres Geruchs sehr beliebt.

Viele Menschen trugen Pfefferminz-Sträußchen um den Hals, um sich vor üblen Gerüchen und ansteckenden Krankheiten zu schützen.

Im Orient legten reiche Menschen auch Pfefferminze in Schriftrollen als Zeichen der Freundschaft und Liebe.



Die Pfefferminze wurde jedoch nicht nur verschickt, sie „wandert“ auch von selbst.

Ihre Wurzeln wachsen unter der Erde weiter und bilden eine Art „Wurzelnetz“. An anderer Stelle kann dann eine neue Pflanze wachsen und selbst wieder Ableger bilden.



Pfefferminze

Quelle:

<https://bs.plantnet.org/image/o/c38dd3dbbcc6c68f84394cf0290e6ccad5939448>

## Rosmarin

Der Name „Rosmarin“ kommt aus dem Lateinischen und bedeutet „Meernebel“ oder „Meertau“.

Rosmarin stammt ursprünglich von den Stränden des Mittelmeeres.

Im frühen Griechenland war der Rosmarin-Strauch der Göttin Aphrodite geweiht. Auch die Römer schmückten ihre Hausaltäre mit der Pflanze.



Verwendet wurde der Rosmarin für viele verschiedene Zwecke.

Die alten Griechen trugen Rosmarin-Girlanden am Kopf, da sie dachten, so ihr Gedächtnis verbessern zu können.



Ebenso wurde die Pflanze für viele Feste und Zeremonien, sowie zur Erinnerung an Leben und Tod verwendet.

Im Mittelalter glaubte man, Rosmarin könne böse Geister vertreiben und den Pest-Ausbruch verhindern.



*Rosmarin*

Quelle:

<https://www.weber-baumschule.de/Content/files/3800/Rosmarinus-officialis-600x800-proportional-smallest.webp>

## Salbei

Früher sahen die Menschen eine Verbindung zwischen Salbei und Kröten.  
Durch die tiefen Blatt-Adern wirken die Salbei-Blätter runzelig und warzig.  
Die Blätter ähneln dadurch der Haut von Kröten.  
Laut Erzählungen leben Kröten am liebsten unter Salbei-Pflanzen.  
Das stimmt aber eher nicht.  
Salbei mag trockene Stellen, Kröten mögen es lieber feucht.



Trotzdem hatte die runzelige Blatt-Oberfläche eine wichtige Bedeutung.  
Die Blätter wurden früher als Zahnbürsten verwendet.  
Die Zahnpasta steckte dabei gleich mit in der Pflanze.



Salbei

Quelle:

<https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/83/Salbei.JPG/1200px-Salbei.JPG?20100122212845>

## Thymian

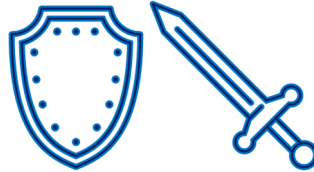
Thymian-Öl wurde bereits von den alten Ägyptern für Parfüms und zum Einbalsamieren der Mumien verwendet.

In Griechenland galt Thymian als beliebtes Gewürz.

Der Thymian war der Göttin der Liebe geweiht.



Im Mittelalter trugen Ritter bei ihren Turnieren oft Thymian-Sträußchen als Zeichen für Mut, Kraft und Tapferkeit.



Bei den Germanen war Thymian der Göttin Freya gewidmet.

Er sollte schwangere Frauen beschützen.

Damit die Geburt schmerzfrei und gut verläuft, schenkte man Schwangeren gerne Thymian-Kissen.

Auch dachte man, Thymian-Kränze würden vor Blitzschlägen schützen.



Thymian

Quelle:

[https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/f/f6/Thymus\\_fg01.jpg?20080103091802](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/f/f6/Thymus_fg01.jpg?20080103091802)

# Basilikum

## Aussehen:

Das Basilikum ist ein 30 - 50 cm hohes, einjähriges Lippenblütengewächs, muss also jedes Jahr etwa Mitte Mai neu angesät oder als vorgezogene Pflanze eingepflanzt werden. Die Blätter des Basilikums sind eiförmig bis breit lanzettlich und haben einen ganzen bis undeutlich gezähnten Rand. Seine Blüten sind weiß bis leicht rötlich und stehen in Scheinquirlen in den Blattachseln, wo sie etwa zwischen Juni und September zu sehen sind.

## Heilwirkung:

Die wohl bedeutendste Rolle spielt beim Basilikum die Anwendung als Magenmittel. Aus den Blättern kann ein Tee gekocht werden, der unter anderem gegen Blähungen und Magenverstimmungen hilft, was sogar durch das Bundesministerium für Arzneimittel und Medizinprodukte bestätigt wurde. Neben dem Einfluss auf das Verdauungssystem soll Basilikum auch beruhigend auf das Nervensystem wirken und so gegen Nervosität, Depressionen und Schlafstörungen helfen sowie die Schmerzen bei Insektenstichen lindern.



Basilikum

Quelle:

<https://pixnio.com/free-images/2017/03/15/2017-03-15-10-45-10-1152x768.jpg>

Quelle Basilikum-Blüte von Beet-Schild:

<https://archzine.net/wp-content/uploads/2023/06/was-tun-wenn-basilikum-verblueht-ist-basilikum-blueht-in-weiss.webp>

## Borretsch

### Aussehen:

Der Borretsch ist ein einjähriges Raublattgewächs, wird etwa 20 – 60 cm hoch und kann Anfang April im Garten ausgesät werden, sät sich in der Regel aber gut selbst aus. Wie der Name schon vermuten lässt, sind die Blätter borstig behaart, und zwar auf beiden Seiten. Was die Form der Blätter betrifft, so sind diese eiförmig, haben einen welligen bis buchtigen Rand und sind etwa bis zu 10 cm lang. Die etwa zwischen Mai und September erscheinenden Blüten sind himmelblau mit schwarzvioletten Staubbeuteln und zu einem lockeren, scheinrispigen Blütenstand zusammengefasst.

### Heilwirkung:

Borretsch ist eher keine der klassischen Heilkräuter, hat aber nichtsdestotrotz einige förderliche Eigenschaften. Unter anderem können mit einem Breiumschlag oder dem frischen Saft der Pflanze Wunden und entzündete Haut behandelt werden.



Borretsch

Quelle:

[https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/80/Borretsch%2C\\_lat.\\_Borago\\_officinalis\\_06.jpg/675px-Borretsch%2C\\_lat.\\_Borago\\_officinalis\\_06.jpg?20150916145622](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/80/Borretsch%2C_lat._Borago_officinalis_06.jpg/675px-Borretsch%2C_lat._Borago_officinalis_06.jpg?20150916145622)

# Lavendel

## Aussehen:

Lavendel gehört zu den Lippenblütengewächsen und wächst als Halbstrauch, der bis zu 60 cm hoch wird. Die Blätter sind dabei sehr schmal lineal bis lanzettlich und ganzrandig, wobei der Rand nach unten eingerollt ist. Sie haben eine graugrüne Farbe, sind beidseitig filzig behaart und werden bis zu 5 cm lang. Die sehr bekannten lilafarbenen Blütenstände stehen ährenförmig am Ende des Stängels und bestehen aus mehreren Scheinquirlen, die jeweils einige lila Lippenblüten umfassen. Sie sind in der Regel zwischen Juli und August zu sehen.

## Heilwirkung:

Der Lavendel ist eine sehr wichtige Heilpflanze mit vielen Anwendungsgebieten. Darunter ist das wahrscheinlich Bekannteste der Einsatz der beruhigend wirkenden Pflanze zur Bekämpfung von Schlaflosigkeit sowie von Reizbarkeit und Kopfschmerzen. Durch die zusätzlichen entspannenden und antidepressiven Eigenschaften wird Lavendel auch in der Behandlung von Angststörungen und Depressionen angewandt. Außerdem ist das ätherische Öl antiseptisch und leistet einen wertvollen Dienst bei der Behandlung von Wunden und Verbrennungen.

## Weitere Anwendung:

Da Kleidermotten, deren Larven Keratin-haltige Stoffe wie Pelze, Leder, Wolle und Federn fressen, den Geruch von Lavendel nicht mögen, kann er dazu verwendet werden, um diese aus dem Kleiderschrank fernzuhalten.



Lavendel

Quelle:

[https://www.ndr.de/ratgeber/garten/bluehenderlavendel100\\_v-fullhd.jpg](https://www.ndr.de/ratgeber/garten/bluehenderlavendel100_v-fullhd.jpg)



## Majoran (wilder)

### Aussehen:

Der wilde Majoran, auch Dost genannt, wächst in Form einer ausdauernden, 20 – 60 cm hohen Staude und gehört zu den Lippenblütengewächsen. An dem rötlich gefärbten Stängel wachsen die behaarten, schmal eiförmigen und meist ganzrandigen Blätter. Diese werden zwischen 1 und 4 cm lang. Die Blüten des wilden Majorans sind blassrosa und bilden köpfchenförmige, scheindoldige Blütenstände, die zusammen einen straußigen Gesamtblütenstand ergeben. Die Blüten sind etwa zwischen Juni und September zu sehen.

### Heilwirkung:

Durch seine desinfizierende und Verdauungssaftproduktion anregende Wirkung ist der wilde Majoran sehr geeignet für die Behandlung von Magen-Darm-Erkrankungen. Aber auch bei der Bekämpfung von Infektionen der Atemwege kann er gut eingesetzt werden und dient so unter anderem der Behandlung von Bronchitis, Husten und auch Mandelentzündungen. So kann zum einen der aus Dost gebrühte Tee bei Atemwegserkrankungen helfen, zusätzlich unterstützt aber auch ein Bad in einer Abkochung des Krautes die Genesung.



Majoran

Quelle:

[https://www.picturethisai.com/image-handle/website/cmsname/image/1080/1526157530303744.jpeg?x-oss-process=image/format,webp/resize,s\\_422&v=1.2](https://www.picturethisai.com/image-handle/website/cmsname/image/1080/1526157530303744.jpeg?x-oss-process=image/format,webp/resize,s_422&v=1.2)

# Pfefferminze

## Aussehen:

Auch die Pfefferminze ist eine ausdauernde Staude der Familie der Lippenblütengewächse und wird etwa 30 – 80 cm hoch. Ihre eiförmigen bis lanzettlichen Blätter haben einen gesägten Rand und werden etwa zwischen 4 und 8 cm lang. Sie hat ährenartige Blütenstände, die jeweils aus vielen, dicht stehenden, rosaroten Lippenblüten bestehen. Diese blühen etwa zwischen Juni und Juli.

## Heilwirkung:

Die wohl verbreitetste Anwendung findet die Pfefferminze in der Behandlung von Verdauungsbeschwerden. Besonders bei akutem Erbrechen oder Übelkeit kann ein lauwarmer Pfefferminztee überzeugende Abhilfe leisten, aber auch zur Linderung von Blähungen, Durchfall etc. findet Pfefferminze Anwendung. Zudem senkt das ätherische Öl, wenn es auf die Haut aufgetragen wird, die Empfindlichkeit herab und kann so gegen Schmerzen helfen, allerdings ist dabei Vorsicht geboten, denn ätherisches Pfefferminzöl wirkt ebenso kühlend und kann bei großflächiger Anwendung zu einer Unterkühlung führen. Wird das verdünnte ätherische Öl auf die Brust aufgetragen oder inhaliert, so kann es ebenso Atemwegsinfektionen mildern.

## Weitere Anwendung:

Der Pfefferminz-Geschmack wird wegen seiner erfrischenden, kühlenden Wirkung in Bonbons und Kaugummis eingesetzt und sorgt dabei für einen frischen Atem.



*Pfefferminze*

Quelle:

<https://bs.plantnet.org/image/o/c38dd3dbbcc6c68f84394cf0290e6ccad5939448>

# Rosmarin

## Aussehen:

Rosmarin ist ein 50 – 150 cm hoher immergrüner Halbstrauch und gehört zu den Lippenblütengewächsen. Seine Blätter sind lineal, am Rand nach unten gewölbt und ihre Oberfläche ist auf der Oberseite glänzend und auf der Unterseite filzig. Sie haben einen ganzen Rand und werden bis zu 4 cm lang. In den Blattachseln sitzen die blauen bis blauvioletten Blüten in Scheintrauben oder -rispen, die zwischen März und Juni blühen.

## Heilwirkung:

Eine besondere Wirkung des Rosmarins ist die Stärkung der Durchblutung. So können zum einen durch die verbesserte Durchblutung des Gehirns die Konzentration und Gedächtnisleistung verbessert werden und zum anderen auch bei durchblutungsbedingter Schwäche helfen. Zudem kann er auch eine Kräftigung bewirken, da er die Adrenalinausschüttung anregt und wird deshalb in der Volksmedizin oft eingesetzt, um Genesene wieder zu Kräften zu bringen. Von offiziellen Stellen wie dem BfArM wird außerdem gestützt, dass Rosmarin bei Verdauungsproblemen Abhilfe leistet und zur äußerlichen Behandlung von Rheumatismus geeignet ist.

## Weitere Anwendung:

Rosmarin kann im Garten eingesetzt werden, um andere Pflanzen und Blumen durch sein ätherisches Öl vor Ungeziefer wie den Blattläusen zu schützen.



*Rosmarin*

Quelle:

<https://www.weber-baumschule.de/Content/files/3800/Rosmarinus-officinalis-600x800-proportionalsmallest.webp>

# Salbei

## Aussehen:

Der Salbei ist ebenso wie der Rosmarin immergrün und wird bis zu 80 cm hoch. Er ist ein zu den Lippenblütengewächsen gehörender Halbstrauch, der eiförmige, grünlich-graue Blätter hat. Sie sind etwa 2-7 cm lang, runzelig, haben einen fein gekerbten bis ganzen Rand und sind auf der Unterseite haarig. Die Blüten sind violett und in Quirlen angeordnet und bilden so einen ährenartigen Blütenstand, der am Ende des Stängels sitzt und zwischen Mai und Juli zu sehen ist.

## Heilwirkung:

Salbei besitzt eine antiseptische und adstringierende Wirkung und eignet sich dadurch zur Behandlung von Hals- und Zahnfleischentzündungen. Diese Anwendung sowie die beruhigende Wirkung und der positive Einfluss auf Magen und Darm werden auch durch das BfArM bestätigt. Zudem können die Blätter des Salbeis ein gutes Mittel bei der Linderung von Stichen und Bissen darstellen.



Salbei

Quelle:

<https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/83/Salbei.JPG/1200px-Salbei.JPG?20100122212845>

# Thymian

## Aussehen:

Der Thymian ist ein ausdauerndes Lippenblütengewächs, das etwa 30 cm hoch wird. Seine 0,7 - 2 cm langen Blättchen sind eiförmig bis spatelförmig, ganzrandig und oft behaart. Die kleinen rosaroten Blüten bilden an den Enden der Stängel kleine köpfchen- oder ährenförmige Blütenstände und sind zwischen Mai und August zu beobachten.

## Heilwirkung:




























Durch seine antiseptische Wirkung ist Thymian ideal zur Bekämpfung von Atemwegsinfektionen wie Bronchitis oder Keuchhusten geeignet. Da der Tee zudem schleimlösend wirkt, wird er in der Volksmedizin nicht nur zur Behandlung von Husten verwendet, sondern hilft auch bei Katarrhen. Zudem wirkt Thymian auf Magen und Darm und hat hier besonders eine belebende, appetitanregende und verdauungsförderliche Funktion. Zuletzt können die frischen Blätter auch bei Insektenbissen Anwendung finden.





















Thymian

















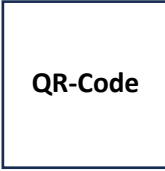



Quelle:

[https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/f/f6/Thymus\\_fg01.jpg?20080103091802](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/f/f6/Thymus_fg01.jpg?20080103091802)

Pflanze	Blatt	Blüte	Pflanze	Blatt	Blüte	Pflanze	Blatt	Blüte <sup>1</sup>
								
<u>Lavendel</u>			<u>Rosmarin</u>			<u>Basilikum</u>		
Steckbrief			Steckbrief			Steckbrief		
Blattform: lineal			Blattform: lineal			Blattform: eiförmig		
Blattspitze: spitz			Blattspitze: spitz			Blattspitze: spitz		
Blattrand: ganz			Blattrand: ganz			Blattrand: ganz		
Blütenfarbe: lila	zum Anhören:  		Blütenfarbe: lila-blau	zum Anhören:  		Blütenfarbe: weiß	zum Anhören:  	
Blütenstellung: Stängelnde			Blütenstellung: in Blattachseln			Blütenstellung: Stängelnde		

<sup>1</sup>Bildquelle Blüte siehe Info-Text - Profi

<p>Pflanze</p>  <p>Blüte</p>  <p>Blatt</p> 	<p>Pflanze</p>  <p>Blatt</p>  <p>Blüte</p> 	<p>Pflanze</p>  <p>Blatt</p>  <p>Blüte</p> 
<p><u>Borretsch</u></p> <p>Steckbrief</p> <p>Blattform: eiförmig</p> <p>Blattspitze: spitz</p> <p>Blattrand: wellig</p> <p>Blütenfarbe: blau</p> <p>Blütenstellung: Stängelende</p> <p>zum Anhören:</p> 	<p><u>Majoran</u></p> <p>Steckbrief</p> <p>Blattform: eiförmig</p> <p>Blattspitze: spitz</p> <p>Blattrand: ganz</p> <p>Blütenfarbe: rosa</p> <p>Blütenstellung: in Blattachseln</p> <p>zum Anhören:</p> 	<p><u>Pfefferminze</u></p> <p>Steckbrief</p> <p>Blattform: eiförmig</p> <p>Blattspitze: spitz</p> <p>Blattrand: gesägt</p> <p>Blütenfarbe: rosa</p> <p>Blütenstellung: Stängelende</p> <p>zum Anhören:</p> 
<p><b>Einsteiger</b></p>  <p><b>Profi</b></p> 	<p><b>Einsteiger</b></p>  <p><b>Profi</b></p> 	<p><b>Einsteiger</b></p>  <p><b>Profi</b></p> 

Pflanze	Blatt	Blüte	Pflanze	Blatt	Blüte	Pflanze	Blatt	Blüte
								
<u>Thymian</u>			<u>Salbei</u>			<u>Name</u>		
Steckbrief			Steckbrief			Steckbrief		
Blattform: eiförmig			Blattform: eiförmig			Blattform:		
Blattspitze: stumpf			Blattspitze: stumpf			Blattspitze:	QR-Code	QR-Code
Blattrand: ganz			Blattrand: gekerbt			Blattrand:		
Blütenfarbe: rosa	zum Anhören:		Blütenfarbe: lila	zum Anhören:		Blütenfarbe:	zum Anhören:	
Blütenstellung: Stängelnde			Blütenstellung: Stängelnde			Blütenstellung:	QR-Code	