

# Reise durch Düfte und Aromen

## Mit der Menzinger Kräuterpädagogin Annette Häffele unterwegs zu ihrer Glücks-Tankstelle

Von unserem Redaktionsmitglied  
Irmeli Thienes

**Kraichtal-Menzingen.** Sie sind selten, aber es gibt Menschen, mit denen man schweigen kann, mit denen man das Sinnliche des Lebens still genießt, Menschen wie Annette Häffele. Lächelnd steuert sie das Zweisitzer-Quad – eine Art Mini-Pickup – über Wege und Pfade und schüttelt sich und ihre temporäre Begleitung durch auf den getrockneten, rissigen Pisten. Es ist ein guter Start mit dieser Frau unter dem Filzhut.

Es geht auf eine kleine Reise durch Düfte, über windige Höhen bis zu einer echten Herrgotts-Scholle: Steil hängt das kleine Stück Land über Menzingen. In den Trockenmauern raschelt es und nicht nur die Staffel ist gesäumt von Schieferschildchen: Wer hätte je vom Coca-Cola-Kraut gehört oder vom Heiligen-Kraut, einem der Lieblinge Hildegards von Bingen.

Seine segensreichen Bitterstoffe unterstützen Leber und Galle, ebenso wie Gänseblümchen oder die fein gezahnten Blüten-Blättchen des sonnengelben Löwenzahns.

Thymian, Salbei und Schnittlauch sind geläufig. Auch kennt der Hobbykoch Rosmarin, Melisse und Minze. Aber Knoblauch-Rauke? Mit seinen Senfölen füllt der Kreuzblütler den Gaumen mit Meerrettich-Aromen.

„Ich möchte nicht immer von der Wirkung sprechen“, sagt die Kräuterpädagogin im Zweitberuf. Sofort assoziiere man sonst Krankheit hinzu. Sie möchte



IM DUFTENDEN BÄRLAUCH-FELD: Kräuterpädagogin Annette Häffele gibt ihre Kenntnisse gern auf geführten Wanderungen weiter. Foto: Thienes

die Geschmacksknospen fordern, Speisen mit wildem Kraut hübscher und genussreicher servieren.

Sie zupft ein fleischiges Portulak-Blatt ab. „Richtig was zu beißen, da wird man satt“, so die Naturliebhaberin lachend. Die weißen Blütchen inmitten des runden Blatts eignen sich als gesunde Deko auf Butterbrot oder Quark, genau wie violette Blüten der Taubnessel, an denen Annette Häffele das Quad abrupt stoppt. Sie hält da oder dort und scheint

gegen Brennnesseln unempfindlich zu sein, fährt sich mit einem Zweig übers Kinn und lobt die durchblutungsfördernde Wirkung. Ein wochenalter Sud daraus leiste als Dünger oder Läuse-Mittel tolle Dienste. „Stinkt allerdings gewaltig.“

Ganz anders der Gundermann. Ein für den gemeinen Spaziergänger eher unscheinbares Pflänzchen mit bläulichen Blüten wird dank würzigen Aromas zum „Wiesen-After-Eight“: Man tauche die

Blätter in Bitterschokolade. Dann im Bärlauch-Teppich unter Baumkronen hockend, erläutert die Menzingerin Unterschiede zum giftigen, ähnlich aussehenden Maiglöckchen. Bärlauchblätter haben silbrig-matte Unterseiten, stehen einzeln und knacken beim Knicken. Derzeit bilden sich Blütenknospen im grünen Feld. „Ist übrigens Legende, dass man Bärlauch in der Blüte nicht essen darf. Er schmeckt nur weniger gut, weil alle Kraft in die Blüte geht“.

Zurück geht es um die Häuser und Annette Häffele freut sich über Köpfe, die sich nach dem knatternden Quad umdrehen. Mit seinem Nähmaschinen-Sound macht das Gefährt namens „Brummel“ fast einem Martinshorn Konkurrenz.

Die Laube mit ihrem jüngsten Gast – ein Piepmatz hat das Dach des Fledermaus-Nistkastens mit seinem Nest besetzt – und die verdorrte Karde mit den von Distelfinken ausgeputzten Dolden – das bleibt hinter Annette Häffele. „Aber höchstens für drei Tage.“

Für ihre geführten Kräuterwanderungen kommt sie zurück und als Ausgleich zum Industrie-Alltag: Die summende Parallelwelt mit dem Fünf-Elemente-Garten ist ihre Glücks-Tankstelle. Von hier zieht der Blick in Wellen übers Land, das Handy bleibt aus, wichtig sind nur noch gaukelnde Schmetterlinge und der Geruch frühlingswarmer Erde unter lichtigem Himmelsblau.

**i** Internet  
www.diehaeffeles.de