

Pflanze des Monats März

Thymian «Thymus»

Bekannt als Pflanze des Mutes und der Tapferkeit, wird Thymian seit Jahrhunderten genutzt, um in schwierigen Situationen Stärke zu finden.

Sein Name kommt von *thymus*, dem altgriechischen Wort für Mut und häufig wurde er in Form eines Aufgusses als Mutmacher getrunken. Auch Feen werden mit diesem wilden Kraut in Verbindung gebracht. Häufig pflanzte man Thymianbeete in den Garten, um das Feenvolk anzulocken. Die Römer erkannten die medizinischen Eigenschaften dieser Wunderpflanze und nutzten sie zu Förderung der Verdauung und als Antiseptikum. In Griechenland wächst Thymian wild in den kargen Landschaften und lässt sich super trocknen und samt Blüte verwenden, um tolle Speisen zu verfeinern.

Thymianzauber für Zuversicht

Braue diesen stärkenden Trank, um deine Nerven zu beruhigen und dein Selbstvertrauen zu stärken.

Du benötigst hierzu eine Handvoll frisch gehackten Thymian, eine geviertelte Zitrone, einen Esslöffel Honig, kochendes Wasser, eine kleine Schüssel, ein Sieb und einen Krug.

- übergiesse den Thymian und die Zitrone in der Schüssel mit kochendem Wasser, sodass es den Thymian und die Zitronenscheiben gerade bedeckt.
- Lass das Ganze für mindestens zehn Minuten ziehen.
- Giesse den Sud durch ein Sieb in den Krug
- Rühre einen Löffel Honig hinein und wiederhole dabei das Bekenntnis :»Mut ist meine Kraft«
- Geniesse den Trank schlückchenweise und lass den mystischen Aufguss seine Wirkung entfalten!