

Sommer in Deutschland „Die Leute sollen die Pflanzen in die Hand nehmen“



Erfrischung gefällig? Heidi Knappe mit der selbstgemachten Waldmeisterbowl | Foto (Ausschnitt): © Ula Brunner

Im Sommer ist Hochbetrieb im idyllischen Kräutergarten von Heidi Knappe: Es wird gesammelt, gekocht und gemeinsam gegessen. Und Heidi Knapp erklärt, was in Wegerich, Waldmeister & Co so alles steckt.

Curry, Basilikum und Estragon in kleinen Tontöpfen, Löwenzahn auf der Wiese, Giersch in den Beeten, ein Duft nach Anis und Waldmeister – wer Heidi Knappes Garten betritt, steht mitten in einem Kräuterparadies. „Der Giersch wird eigentlich als Unkraut bekämpft. Aber er hilft bei vielen Krankheiten und schmeckt auch ganz wunderbar. Alle sind immer ganz überrascht, wenn ich ihnen das erkläre.“



Das verkannte Heilkraut: Giersch | Foto (Ausschnitt): © Ula Brunner

Seit zehn Jahren gibt Heidi Knappe, Jahrgang 1966, ihr umfangreiches Wissen über die Wirkungsweise von Kräutern an interessierte Menschen weiter. In ihren Kursen wird gemeinsam gesammelt, gerührt, gekocht und gestaunt. Ob sie nun eine grüne Hausapotheke mit Tinkturen und Salben herstellen, Pesto, Marinaden oder Kosmetik – „Es geht immer darum: Was wächst bei uns, was kannst du verwenden? Die Leute sollen die Pflanzen in die Hand nehmen, ein Kraut erkennen können.“



Alles rund ums Kraut | Foto (Ausschnitt): © Ula Brunner

Sieben Kursteilnehmer sind an diesem Samstag in ihren großen Garten am Schielowsee in der Nähe von Potsdam gekommen. Zucchini spitze, selbstgemachter Kräuterfladen und Kartoffeln garen langsam auf offenem Feuer. Das Motto lautet „Männer und Frauen an den Grill“. Schon am Vormittag ist die Gruppe nach einer kurzen Theorieeinführung gemeinsam losgegangen, um Salbei, Estragon, den unverzichtbaren Giersch und sogar Gänseblümchen zu

pflücken. Humorvoll und kundig erklärt Heidi Knappe, wie man daraus Marinaden, Kräuterdips, Salate und Pesto für die gemeinsame Grillparty zaubert. „Hier kann jeder mitmachen: Kräuter-Neulinge und Wiederholungstäter“, lacht Heidi Knappe.



Marinierte Gemüsespieße auf dem Grill | Foto (Ausschnitt): © Ula Brunner

Schon als sie noch als Köchin angestellt war, hat sie sich für Wildfrüchte und Kräuter interessiert. Ausschlaggebend für die Idee, daraus einen Beruf zu machen, war letztlich ihr schwerbehinderter Sohn Konstantin: „Er ist blind, reagiert aber stark auf Gerüche. Deswegen wollte ich mit Düften arbeiten.“ Die „Kräuter-Heidi“, so das Markenlabel, bietet alles rund ums Kraut an: von Wildkräuter-Essig über Giersch-Sirup bis hin zum Gewürz-Dip. Ihr Mann unterstützt sie beim Verkauf auf den Märkten in Potsdam oder Berlin. Eigentlich seien sie ein Familienbetrieb, erzählt sie: „Zusammen mit meiner Tochter und meinem Mann haben wir abends in der Küche die Flaschen und Gläser befüllt und etikettiert, alles neben unserem Beruf. So fing das an.“



Auch Melonen

lassen sich grillen. | Foto (Ausschnitt): © Ula Brunner Das ganze Jahr über hält sie mittlerweile ihre Kräuter-Kurse mit saisonal unterschiedlichen Themen: Currypasten herstellen im Winter, mit Pimpinelle, Sauerampfer und Kerbel eine grüne Soße rühren im April. Im Sommer wird mit Kräutern mariniert und gegrillt.



Buffet im Grünen: Salat mit selbstgesammelten Kräutern | Foto (Ausschnitt): © Ula Brunner

Heidi Knappe liegt ganz offensichtlich ihre Rolle als Gastgeberin. Doch wer sie beobachtet, wie sie durch den Garten wuselt, die Bowle bereitstellt, Melonen wendet, Geschirr organisiert und ganz nebenbei ihr Kräuterwissen weitergibt, fragt sich, ob diese Frau auch einmal zur Ruhe kommt? Da warte noch ein Berg von Büchern darauf, gelesen zu werden, gesteht sie. Aber abends sei sie einfach zu müde. „Es sind schon anstrengende Tage, ich muss mich auch um den Garten kümmern, das Haus, meinen Sohn. Aber wenn der Tisch voll ist, die Leute zufrieden sind – das macht schon Spaß.“

