



Himmliche Hexe und höllisch gute Kräuter

Ein Besuch bei der «Himmelrieder Chrüterhäx», die ihr reiches Wissen am 25. September den BirseckMagazin-Leserinnen und -Lesern an einer einmaligen Veranstaltung vermittelt.

Text und Fotos von Werner Thüring

Der Teufel ist der Herrscher der Unterwelt und die Hexen sollen ihm nahe stehen, so die landläufige Volksmeinung. Unser Besuch bei Beate Beckmann, alias «d' Chrüterhäx vo Himmelried», hat uns in mehrfacher Hinsicht eines Besseren belehrt. Denn wie käme eine Hexe nach Himmelried – so nah dem Himmel und weit weg von der Unterwelt – wenn sie nichts Gutes im Schilde führen würde. Und wer sich in der faszinierenden Welt der Wildkräuter auskennt und sein wunderbares Wissen an seine Mitmenschen weitergibt, der kann nur von guten Geistern beseelt sein. «Das Mystische von den so genannten Hexen hat mich schon immer interessiert. Viele von ihnen waren ja heilkundige Frauen, die ihr Wissen um die Wirkung der Wildkräuter auch an die Nachwelt weitergaben. Das kann doch nicht teuflisch sein», meint Beate Beckmann.

Von der Natur überwältigt

Das Haus, wo «d' Chrüterhäx vo Himmelried» wohnt und arbeitet, liegt am Ende des Dorfes Richtung Steinegg. Zaubenhaft ist die Sicht von der grossen Terrasse hinein ins beruhigende Grün des nahen Waldes. Schon hier wird man beim Durchatmen vom Duft der Natur überwältigt. Es ist Donnerstag. Die Vorbereitungen für den wöchentlich am Freitagmorgen stattfindenden Gemüsemarkt von Arlesheim laufen auf Hochtouren. Hier locken Lavendelecken aus Bio-Dinkel in einer Schale, dort warten buntgemischte Blütenköpfe auf ihre Verwertung. «Mit dem «Arleser Gmüesmärt» hat vor sechs Jahren eigentlich alles begonnen», sagt Beate Beckmann. «Ich wollte an diesem beliebten Markt teilnehmen und suchte sinnvolle und originelle Produkte zum Anbieten. Da begann ich mich intensiv mit Wildkräutern

zu befassen und studierte einschlägige Literatur.» Bald schon merkte die gelernte Zahnarztgehilfin, Mutter und Hausfrau, dass sich mit Wildkräutern vieles machen lässt, was den Gaumen kitzelt und den Magen verwöhnt. Sie begann betörende Symphonien mit Naturprodukten zu komponieren, die sie am nahen Waldrand und auf den grünen Wiesen des Schwarzbubenlands selber sammelte: Bärenklau-Salat, Brennnessel-Quiche, Taubnessel-Chnöpfli, Löwenzahn-Quarkfladen, Blütenbutter, Lavendelecken und viele mehr. Auch ihre vegetarischen Brotaufstriche mit so originellen Namen wie Scharfe Häx, Rüeblibutter, Feuerball, Fruchtzauber Zitrone, Waldkapern und so weiter verkauft «d' Chrüterhäx vo Himmelried» am Marktstand mit grossem Erfolg. Die meisten Wildkräuter haben auch eine positive Wirkung auf die Gesundheit. Das zeigt sich für Beate Beck-



mann auch darin, dass sie als regelmäßige Konsumentin dieser Wildkräuterprodukte selten bis nie krank ist. Sie möchte aber nicht die heilenden Merkmale in den Vordergrund schieben, sondern einfach den Genuss und Variantenreichtum dieser Naturprodukte betonen. «Mit wenig erreicht man viel! Um zum Beispiel die Ernährungswerte und den Sättigungsgrad von einer Portion herrkömmlichem Blattsalat zu erzielen, braucht man bei einem Wildkräutersalat nur die halbe Menge.» Die starke Intensität dieser Produkte konnten wir bei einer Kostprobe Lavendel-ecken selber auskosten. Während sich auf der Zunge der Duft von Lavendel verbreitet, galoppieren unsere Sinne bereits in mediterrane Gefilde.

Suchen mit der Chrüterhäg

Vor eineinhalb Jahren begann die Chrüterhäg aus dem Schwarzbubenland mit Gruppenveranstaltungen ihr Wissen Interes-

sierten weiterzugeben. Auf ihre Kräuterwanderungen in der Umgebung ihres Domizils nimmt Beate Beckmann bis zu 40 Personen mit. Dabei geht es ihr darum, dass die Teilnehmer selber lernen die Wildkräuter zu erkennen und sie fachgerecht für eine weitere Verwertung zu pflücken. Oft organisiert sie im Nachgang zu solchen Wanderungen einen Kochkurs, wo Frau und Mann, Jung und Alt mithilfe, ein mehrgängiges Menü aus den gesammelten Naturprodukten zu kreieren. Mehr darüber ist unter www.chrueterhaex.com zu erfahren.

Das BirseckMagazin bietet zusammen mit der Chrüterhäg die einmalige Gelegenheit am 25. September 2010 bei einer ungefähr 90-minütigen, leichten Wanderung mehr über Wildkräuter zu erfahren und an einem anschliessenden Buffet die schmackhaften Kompositionen selber probieren zu können (vgl. Kasten unten). ✓



BirseckMagazin Leserveranstaltung – sehen und erleben

Himmlische Hexe und höllisch gute Kräuter

Eine einzigartige Gelegenheit auf einer Kräuterwanderung mit der «Himmelrieder Chrüterhäg» die Wildkräuter dort kennenzulernen, wo sie gedeihen, und anschliessend an einem reichhaltigen Buffet mit leckeren Speisen die Wildkräuterküche zu geniessen.

Samstag, 25. September 2010, 13.20 bis ca. 18 Uhr

bei der «Chrüterhäg» Beate Beckmann, Seewenstrasse 350 in Himmelried/SO
Bus ab Grellingen Bahnhof 12.58 Uhr, Ankunft Himmelried Post 13.06 Uhr

Kosten pro Person **Fr. 95.-** (inkl. geführte, ca. 90-minütige Kräuterwanderung in der Umgebung von Himmelried und reichhaltiges Buffet mit Wildkräuterspeisen).

Anmeldungen: www.birseckmagazin.ch (Leserveranstaltungen) oder **061 753 05 03**
Achtung! Frühzeitig anmelden, da beschränkte Platzzahl.

Informationen über weitere Kursangebote, Kräuterwanderungen, Kochkurse oder Gruppenanlässe unter
www.chrueterhaex.com oder **061 741 33 55**
Himmelrieder Chrüterhäg, Seewenstrasse 350, 4204 Himmelried



**Ihr Spezialist
für Kompressionsstrümpfe
und Bequemschuhe.**

ENGELS AG
Orthopädietechnik
Hauptstrasse 13
4153 Reinach
061 711 88 84

Öffnungszeiten:
Mo 13.30–17.30
Di–Fr 8–12, 13.30–17.30