

Wermut

Botanisch: *Artemisia absinthum* (Köpfchenblütler)



Wermut ist in Südeuropa und Südostasien beheimatet. Das erste Mal wurde der Wermut vor 3000 Jahren erwähnt. Die Ägypter verwendeten ihn als Wurmmittel, die Römer verbrannten ihn anstelle von Weihrauch. Im 19. Jahrhundert stellte der Wermutschnaps ein großes Problem dar, denn das im Wermut enthaltene ätherische Öl löst sich besonders gut in Alkohol. Es wirkt als Gift und führt zu Hirnschäden, Muskelkrämpfen und Schwindel, später zu Bewusstlosigkeit und körperlichem Verfall. Darum wurde der Schnaps in vielen Ländern, in Deutschland 1921, verboten. Bereits die Kräuterärzte im 15./16. Jahrhundert empfahlen den Wermut nur außerhalb des Körpers anzuwenden. In homöopathischen Dosen bewirkt Wermut allerdings genau das Gegenteil der Vergiftungserscheinungen. Heute sind in den "Wermuts" nur noch geringe Mengen des Giftes vorhanden.

Wermut regt den Magen und die Gallensekretion an, hilft bei Blähungen und Völlegefühl, stärkt das körpereigene Immunsystem.

Wermut eignet sich besonders zu fetten Speisen, Eierkuchen, Gans, Ente, Hammel und Eisbein. In den Martini gehört für viele ein Wermutblatt.

Wermut liebt einen Platz in voller Sonne auf einem durchlässigen, kalkreichen, nährstoffarmen Boden mit gutem Wasserabfluss. Damit eignet sich Wermut gut für den Steingarten. Ab Februar kann Wermut im Haus vorgezogen werden, einfacher ist die Vermehrung mittels Stecklingen.

