

schmuck stein

...immer einen
Besuch wert!

schmuck stein
hauptstraße 24
72525 Münsingen

Tischwäsche · Gartentischwäsche · Bettwäsche
Bettwaren · Frottierväsche · Küchenwäsche
Matratzen · Fußmatten · Lattenroste



Fabrikverkauf
Hirschstraße 98, 89150 Laichingen
Tel. 07333 804 884
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-13 Uhr

Wäschekrone

elektro MAIER

Inh.: Stefan Felber

73366 Bisingen/Teck
Vordere Strasse 21
Tel.: 0 70 23 / 74 22 68
Fax: 0 70 23 / 74 22 69

72587 Römerstein: Böhrigen
Gothustraße 6
Tel.: 0 73 82 / 94 14 44
Fax: 0 73 82 / 94 14 45

mit eigener
Reparatur-
werkstatt

Logos: jura, NIVONA, MF, Saeco, KIRCHER



Sie, liebe Leser,
können mit Sphäre
Ihren eigenen Bio-
sphärentee aufbrü-
hen. Teil 2:
Gänseblümchen.

Frisch aufgebrüht

Sphäre stellt Ihnen Pflanzen vor, die Sie selbst ernten und zu einem Biosphären-Jahrestee mischen können. Teil 2 präsentiert Ihnen eine hübsche und gesunde Pflanze, die Sie fast das ganze Jahr pflücken können:

Tausendschön, Maßliebchen und Sonnentürchen sind nur einige der vielen volkstümlichen Namen, die wir für unser Gänseblümchen kennen. Das Gänseblümchen

gehört zu den bekanntesten Pflanzen Europas und bereitet schon den Kindern eine Freude. Sie können schöne Kränzchen flechten oder mit Hilfe der Orakelblume in die Zukunft sehen. „Sie liebt mich, sie liebt mich nicht, ...“ Heranwachsende suchen mit flinken Fingern nach der Wahrheit. Trefferquote immerhin: 50 Prozent.

Die an eine kleine Sonne erinnernde Blüte unserer „Bellis perennis“, wie das Gänseblümchen wissenschaftlich heißt, ist botanisch ein Pseudanthium, eine Scheinblüte. Das gelbe Zentrum entpuppt sich beim genauen Hinsehen als eine Ansammlung von mehr als einhundert Einzelblüten.

Lange Zeiten galt das Gänseblümchen als wertvolle Heilpflanze gegen vielerlei Beschwerden und Leiden. Bestimmt man mit modernen Methoden seine Inhaltsstoffe, so kann man von einer positiven Wirkung auf die Ausscheidungsorgane Leber und Nieren ausgehen. Das macht das Gänseblümchen wertvoll für die „Frühjahrskur“ und „Blutreinigung“. Ein weiteres Anwendungsgebiet sind Hauterkrankungen und in der Homöopathie ist Bellis perennis ein ausgezeichnetes Verlet-

zungsmittel besonders bei Prellungen mit Blutergüssen. Daher ist der Bedarf bei Herstellern von naturheilkundlichen Arzneien groß. Anton Schänzle (Foto oben) baut in Obermarchtal Gänseblümchen an. Der

Anbau sei nicht einfach, berichtet der Gärtner. Das eigenwillige Blümchen wächst nur dort, wo es will. Es ist ein Menschenbegleiter, liebt, wenn wir den Garten mähen und dankt es mit einem Meer von Blü-

ten. Aber ein Feld anzulegen mit Bellis perennis – das ist eine Herausforderung. Viel Pflege, nicht zu heiß – trockene Sommer bescheren dann mehrere Ernten von guter Qualität.

Wir sammeln für unseren Tee die Blüten, trocknen sie schonend an der Luft und geben sie zu unseren Rosenblüten. In der nächsten Ausgabe lernen Sie eine weitere gesunde Komponente für den Biosphärentee kennen, der uns als Haustee das ganze Jahr begleiten kann.

■ Von Hans-Peter Eppler



Experten-Tipp:
Biosphären-Jahrestee – der Haustee für die ganze Familie.

Gänseblümchentee



Scheinblüte: Das gelbe Zentrum ist eine Ansammlung von mehr als einhundert Einzelblüten.

Zur besseren Verdauung eignet sich aber auch ein reiner Gänseblümchentee. Man übergießt 2 Teelöffel Blüten mit ¼ Liter heißem Wasser. Nach 10 Minuten kann man abseihen und trinkt zwei Tassen pro Tag.