

## Die Wiesenkönigin



### Liebe Liese

Ich begegnete ihr vor sehr langer Zeit. Majestätisch stand sie da, inmitten blühender Wiesengräser in der Böschung zum Friedgraben hin. Ein sanfter Duft nach Mandeln, Vanille und Honig wehte mir entgegen, Bienen und Schwebefliegen umschwirrten die unzähligen kleinen, elfenbeinfarbenen Blüten ihres Hauptes. «Edle, Holde», sprach ich sie leise an, doch sie hüllte sich in würdevolles Schweigen. Tags darauf grub ich sie aus und setzte sie in unseren klitzekleinen Garten neben das Maggikraut. Jahre später verpflanzte ich sie erneut. Seither erhebt sie sich Jahr für Jahr zwischen dem aufblühenden Bärlauch, sie und ihre Töchter, umgibt sich später mit Hexenkraut und wilden Himbeeren und verzaubert das kleine Gartenstück während des Sommers in ein duftendes Paradies für Schmetterlinge, Bienen, Hummeln und Käfer.

### Federblume

Die Wiesenkönigin liebt feuchten, nährstoffreichen Untergrund, gedeiht folglich in Feuchtwiesen und Sümpfen, in Staudenfluren entlang von Bächen und Flüssen, sofern diese höchstens einmal jährlich gemäht werden. Du findest sie in ganz Europa bis in eine Höhe von etwa 1300 Meter über Meer, ausser dem südlichen Mittelmeergebiet, wo es ihr schlichtweg zu trocken ist. Wohl wegen ihrer hohen, schlanken Gestalt – sie erreicht eine Grösse von einem Meter fünfzig und mehr – wird sie «Wiesenkönigin» genannt, französisch «reine des prés», italienisch «regina die prati» und englisch «queen of the meadow» oder «lady of the meadow».



Der aus hunderten kleinen, cremeweissen bis pastellgelben Einzelblüten bestehende, auffällige Blütenschopf mutet manchmal wie flaumig geschlagene Schlagsahne an, manchmal gleichen die mehrfach übereinander schwebenden Blütenrispen einem filigranen Gebilde. Jede der dicht beieinandersitzenden, winzigen Einzelblüten gleicht ein bisschen einer Apfel- oder Rosenblüte. Die fünf Kronblätter umgeben unzählige langfädige Staubblätter, welche die



Blütenstände federig- flauschig erscheinen lassen. Ob die volkstümlichen Namen wie Moor-Geissbart, Bocksbart, Falscher Holler, Wilder Flieder und Federbusch diese rätselhafte Blütenpracht zu beschreiben suchten?

Die Blätter sind fiederteilig, das heisst, sie bestehen aus mehreren, an einem rötlichen Blattstängel gegenüberstehenden Blättern und einem endständigen, dreilappigen Blatt. Die Einzelblätter sind dunkelgrün, stark geadert, jedoch auf ihrer Unterseite viel heller, oft behaart. Sie gleichen Ulmenblätter, darum der Zusatz des wissenschaftlichen Namens «Filipendula ulmaria». Der kantige, ins Rote überlaufende Stängel verzweigt sich erst ganz oben, wo die Blütenstände sitzen.

Bis Oktober reifen aus jeder der Einzelblüten sechs bis acht spiralig

ineinander verdrehte Samen. Sie bleiben lange an den Blütenböden sitzen, manchmal bis zum nächsten Frühjahr, werden währenddessen luftiger, leichter, lassen sich vom Wind wegwehen, oder sich im Wasser oder Fell von Tieren davontragen.



## Elizabeth I



Ich nehme an, du kennst die Wiesenkönigin unter dem viel bekannteren Namen «Mädesüss»; seine englische Entsprechung ist «meadowsweet». Fällt dir auf, wie sehr sich die beiden Wörter gleichen? Zum einen bedeuten «süss» und «sweet» dasselbe, beziehen sich zweifellos auf den süssen Geruch der Pflanze, zum anderen fällt die lautliche Ähnlichkeit von «Mäde» und «meadow» auf. Über die Bedeutung dieser Wortanfänge streiten sich die Gelehrten seit mehr als hundert Jahren! Deshalb habe ich die Herren Friedhelm Sauerhoff (1934 – 2018) und Richard Chandler Alexander (1809 – 1902) gebeten, mir ihre Standpunkte kurz zu erläutern.

**F. Sauerhoff:** Wie ich bereits in meinem etymologischen Wörterbuch der Pflanzennamen ausführlich erklärt habe, bedeutet «Mäde» wie sein englisches Pendant «meadow» eben Wiese, und nichts anderes. Nämlich

eine Wiese, die gemäht wird, im Gegensatz zur Wiese, die als Weide dient. Ich verweise auf das Wort «Mahd» und daraus abgeleitet «Matte», wie beispielsweise im Schweizer Ortsnamen «Zermatt». Beim Ausdruck «Mädesüss» wie «Wiesenkönigin» und «queen of the meadow» ist der Standort der Pflanze, eben die Wiese das Entscheidende, und dass das gemähte Mädesüss süß duftet. Ich konnte mich letzthin selber überzeugen: Frisch geschnittenes Mädesüss verströmt einen sehr intensiven, süßen Geruch.

In früheren Zeiten wurden wohlriechende Kräuter in die Wohnräume der Häuser gestreut und am Abend jeweils wieder hinausgekehrt. Wir wissen das aus den Schriften von John Gerard, der ein Zeitgenosse von Königin Elizabeth I und ihr persönlicher Berater war. Gerard preist das Mädesüss, mit welchem um die Sonnenwende überdies die Festsäle ausgestreut und geschmückt wurden, über alles. Seine Blüten und Blätter würden alle anderen Streukräuter übertreffen, es mache das Herz froh und entzücke die Sinne. Es wird sogar gesagt, Mädesüss sei das beliebteste Duftkraut von Königin Elizabeth I gewesen...

**R.C. Alexander:** Da muss ich Ihnen, verehrter Herr Sauerhoff, aufs Heftigste widersprechen. «Mädesüss» hat weder mit «Wiese» noch mit «süss» zu tun. Mit Mädesüss hat man früher den Honigwein, eben den «Met» oder englisch «mead» aromatisiert. Aromatisiert, lieber Kollege, und nicht etwa gesüsst, Met ist ja von Natur aus süß. Darf ich Sie daran erinnern, dass das altenglische Wort für Met «medu» und das mittenglische «mede» heissen? Der Botaniker Hill hat wortwörtlich über Mädesüss gesagt: «the flowers mixed with mead give the flavour of the Greek wines» - die Blüten mit Met gemischt, geben diesem den Geschmack griechischer Weine. Daher auch die korrekten, präzisen englischen Namen «mead-wort» oder «mede-wort» - auf gut Deutsch: «Met-Würze». «Meadow-sweet», mein Lieber, ist eine sinnlose Wortkreation ignoranter Botaniker!

Ihr zitierter John Gerard hat eben auch festgehalten, dass Mädesüss in Wein getrunken, das Herz fröhlich mache. Im elisabethanischen England würzte man selbst das Bier mit Mädesüss, nebst Schafgarbe, Eichenrinde, Gundermann, Rauschbeere, Dost und Heidekraut. Die Beimischung von Hopfen zum Bier war damals verpönt und sogar gesetzlich verboten. Es waren übrigens die Benediktiner, die auf dem Kontinent erstmals Hopfen ins Bier mischten. Der Hopfen verlängerte die Haltbarkeit des Biers und wirkte als Anaphrodisiakum, es linderte die übersteigerte Sexualität...

## Blodeuedd – die aus den Blumen geborene



«Wissen, das nicht im Herzen getragen wird, sagten die Druiden, sei kein echtes Wissen», so schreibt Wolf-Dieter Storl in seinem Buch über die Pflanzen der Kelten. «Um die zwanzig Jahre verbrachten die Druidenanwärter in abgelegenen Waldschulen, wo sie – ähnlich den indischen Brahmanen – die Weisheiten und Erkenntnisse in Form von abertausenden Versen auswendig 'mit dem Herzen' (by heart) lernten».

Die Druiden, des Schreibens und Lesens sehr wohl kundig, weigerten sich beharrlich, ihre Lehre niederzuschreiben und trotzdem lese ich allenthalben, dass Mädesüss einer ihrer heiligsten Pflanzen gewesen sei. Wie das, frage ich mich. Nun, der römische Gelehrte Plinius der Ältere hielt um die Zeitwende seine eigenen Beobachtungen fest – die Römer hatten ja bekanntlich die Kelten besiegt! Vor allem die von ihm beschriebenen höchst

komplexen Rituale der Druiden beim Sammeln der Eichenmisteln dürften dir aus den Comics von Asterix und Obelix bekannt sein. Vierhundert Jahre später war es Marcellus Empiricus, welcher die gallo-keltischen Pflanzennamen sowie ihre volksmedizinische Anwendung aufzeichnete. Im 9. Jahrhundert begannen irische Mönche mündliche Überlieferungen aufzuschreiben und als weitere Quellen sind die in walischer (kymrischer) Sprache verfassten Sagen, Märchen, Heldenepen und Gedichte erwähnenswert.

Einmal, einst, vor langer Zeit erschuf der Zauberer Gwydion aus den Blüten von Eiche, Ginster und Mädesüss das schönste und anmutigste Mädchen, das jemals ein Mensch erblickt hatte, und nannte sie «Blodeuedd», die Blütengeborene. So verhalf er dem jungen Lleu zu Liebesglück und Heirat, denn letzterem war es wegen eines Fluches verboten, eine Frau, wie sie auf Erden lebt, zu ehelichen. Allein, nach einigen wonnevollen Monaten verliebte sich Blodeuedd in den dunklen Jäger Gronw und versuchte mit diesem ihren Gemahl umzubringen. Lleu, von einem Speer tödlich getroffen, flog als Adler davon und Gronw übernahm die Herrschaft des Landes. Zur Strafe wurde Blodeuedd von Gwydion in eine Eule – kymrisch «blodeuwedd» (Blütengesicht) – verwandelt und durfte nie mehr das Tageslicht sehen. Diese walisische Sage habe einen tieferen Sinn, erläutert Wolf Dieter Storl: «Glodeuedd ist keine andere als die Vegetationsgöttin, die mit dem Sonnenhelden lustwandelnd durch das Jahr zieht, ihn aber dann im Spätherbst, in den düsteren Novembertagen, betrügt und zu ihrem neuen Liebhaber, dem düsteren Gott der Unterwelt, zieht».

## Physig Cryd Cymalau

Mädesüss ist eine eher unbekannte, jedoch sehr wirksame einheimische Heilpflanze. Das blühende Kraut wirkt schmerzstillend, fiebersenkend, schweisstreibend, harntreibend, antirheumatisch und stimmungsaufhellend. Das war bereits den Kelten bekannt.

Im uralten, walisischen Rezept «Physig Cryd Cymalau» werden die getrockneten Blüten und Blätter von Mädesüss, Klettenlabkraut, Beinwell, Schlüsselblume und Brennessel zu gleichen Teilen gemischt. Entweder kann man mit dem Gemisch einen Aufguss zubereiten und jeden Tag eine Tasse davon trinken, oder die Mischung in Fett sieden und so eine Salbe herstellen. Beide Zubereitungen sollen bei rheumatischen Beschwerden helfen.



## A-Spirin

Was macht denn Mädesüss so überaus wirksam? Es enthält verschiedene Stoffgruppen, vor allem Flavonoide, Gerbstoffe und sogenannte Salicylate. Letztere werden im menschlichen Körper zu Salicylsäure aufgespalten, einer fiebersenkenden und schmerzlindernden Substanz. Salicylsäure wurde seit 1839 aus den Blütenrispen des Mädesüss gewonnen, das damals noch Spierstaude genannt wurde, die Salicylsäure hiess dementsprechend «Spirsäure». Das Mädesüss verlor an

Bedeutung, als es auf chemisch-synthetischem Weg gelang, eine veränderte Version von Spiersäure herzustellen. Diese «Acetyl-Salicylsäure» ist nichts anderes als das bekannte «Aspirin» - wobei das «A» des Markennamens von Acetyl, das «Spririn» von Spirsäure abgeleitet ist.

Im Gegensatz zu Aspirin wirkt Mädesüss weder blutverdünnend noch magenschädigend. Zum einen fehlen den Mädesüss-Salicylaten der «Acetyl-Teil», zum anderen wirken sie viel sanfter, wobei den in Mädesüss enthaltenen Gerbstoffen magenschonende Eigenschaften nachgesagt werden.



### Sorbet à la reine des prés

In der französischen Küche werden Süssspeisen häufig mit Blüten aromatisiert. Für das beliebte Mädesüss-Sorbet erhitzt du in einer Pfanne 1 Liter Wasser mit 150 Gramm Zucker auf, lässt den Sirup kurz abkühlen und fügst 250 Gramm frisch gepflückte Mädesüssblüten hinzu. Nach fünf bis zehn Minuten siehst du das Blüten-Wasser-Gemisch ab, für mehr Geschmack kannst du einen Teil der Blüten darunter mixen. Füge einige Tropfen Zitronensaft hinzu. Jetzt gibst die Mischung in eine Eismaschine. Inzwischen schlägst du 1 Eiweiss zu Schnee. Wenn das Sorbet zu drei Vierteln durchgefroren ist, hebst du das Eiweiss sorgfältig unter die Masse und lässt sie anschliessend fertig gefrieren.

### Johanniswädel

Spätnachts sitze ich über meinen Notizen zu diesem Brief. «Immenkraut», «Beieli-Chrut», «Honigkraut», «Honigvögelchen», «herbe aux abeilles», «honey sweet» hatte ich mir zuletzt notiert. Da höre ich draussen ein Wispern und Kichern, ein Glucksen und Murmeln. Es treibt mich hinaus in die laue, duftende Sommernacht. Feenhaft leuchtet mir ein Reigen von etwa zwei Dutzend jüngst aufgeblühter, heller, beinahe weisser Blütenschöpfe entgegen. Es ist die Nacht der Sommersonnenwende, der Magie, der Wunder. Da erhebt sich eines, nein zwei, nein drei der grazielen Geschöpfe und schreiten leichtfüssig im Schutz der alten Quitte aus ihrem angestammten Platz hinaus zur Staudenrabatte, die den Wegrand säumt. Am nächsten Tag werde ich die edlen Ausreisserinnen neben der schwarzen Johannisbeere finden.

Verena

*Folgende Fotos unterstehen der Creative-Commons Lizenz, Namensnennung und Weitergabe unter den gleichen Bedingungen (<https://creativecommons.org>) Foto 1: Ivar Lidus; Foto 2 und 4: Frank Vincentz; Foto 5: Teunspaans; Foto 6: Kenraiz; Foto 7: Andreas Trepte.*

**Weitere Informationen:** [www.liebe-liese.ch](http://www.liebe-liese.ch)