

# Rosmarin

Botanisch: Rosmarinus officinalis (Lippenblütler)



Rosmarin wächst wild an den Küsten des Mittelmeeres. Den Ägyptern, Griechen, Römern und Juden war der Rosmarin heilig, die Griechen weihten den Rosmarin der Aphrodite. Jungfrauen waren mit Rosmarin bekränzt. Die Römer brachten den frostempfindlichen Rosmarin nach Mitteleuropa. Die Ansichten der Griechen wirken noch bis heute nach, denn Rosmarin galt in Mitteleuropa als Grün der hoffenden Liebenden und als Liebesbeweis. Junge Paare steckten einen Rosmarinzweig in die Erde, wuchs er an, verhiess dies Glück für die Ehe, auch für Kinder. Allgemein galt Rosmarin als Sinnbild für Treue und Verlässlichkeit, er sollte das Gedächtnis stärken und war daher das Symbol der Treue für

Liebende. Er sollte auch Geister abwehren, zur Luftreinigung wurde Rosmarin in Krankenzimmern verbrannt und in Pestzeiten galt ein um den Hals getragenes Säckchen mit Rosmarin als Mittel gegen eine Ansteckung.

Jacobus Theodorus Tabernaemontanus über den Rosmarin: "... gehöret in die Küchen / Keller und Apothecen / darum daß alle Speiß und Tranck mit Roßmarin zubereitet / lieblich und wol schmecken / auch zu vielen Gebresten dienlich ist."



Rosmarin enthält ätherisches Öl und wirkt ausgleichend auf Nerven und Kreislauf, hilft bei Erschöpfung, Magenbeschwerden, Kopfschmerzen und als Salbe bei Rheuma, Nervenentzündungen und Krämpfen. Rosmarin regt die Gallen- und Magensaftproduktion an, wirkt desinfizierend und hautreizend. Es gibt Hinweise, dass Rosmarin in der Schwangerschaft schädlich ist und daher vermieden werden sollte.



In der italienischen Küche ist Rosmarin stark vertreten. Zu Kartoffeln, Teigwaren, Gemüse und in Soßen, zum Fleisch, speziell bei Lamm, Kitz, Kalb, Kaninchen, aber auch bei Fisch und Muscheln wird Rosmarin zusammen mit Wein und Knoblauch verwendet.

Für Salate eignen sich die blauen, im Frühjahr erscheinenden Rosmarinblüten. Rosmarin ist aber auch beim Bierbrauen und im Wein, in

Backwaren, Gelees und Limonaden sowie in der Parfüm- und Kosmetikindustrie beliebt.

Botanisch: Rosmarinus officinalis (Lippenblütler)



Rosmarin wird am besten als Jungpflanze beim Gärtner gekauft oder im Juni oder Juli aus Stecklingen gezogen. Rosmarin ist eine frostempfindliche Pflanze und muss im Winter auch in geschützten Lagen abgedeckt werden. In ungünstigen Lagen empfiehlt es sich sogar, den Rosmarin auszugraben und im Haus bei 8-10°C an einem hellen Ort zu

überwintern. Besonders empfindlich sind die Rosmarinhochstämmchen, die in den letzten Jahren vermehrt angeboten werden. Ab Mai kann er dann wieder an einem windgeschützten, sonnigen Ort mit durchlässigem Boden (am besten aus Sand, Lehm, Kompost) ausgepflanzt werden. Der Boden darf aber nicht zu lehmig sein, da Rosmarin es etwas trockener mag. Rosmarin sollte gelegentlich etwas gedüngt werden. Salbei und Möhren sind gute Nachbarn für den Rosmarin.