

Kräuterspaziergang im Hardwald

Rund 20 ehemalige und aktive Mitarbeitende des BBZ Olten trafen sich am Freitagnachmittag, 12. April 2019, zu einem Kräuterspaziergang im Hardwald Olten. Dieser wurde von Marco Bobst, Naturheilpraktiker und Feldbotaniker, geleitet. 100 Meter in einer Stunde seien ein sportliches Ziel für eine botanische Exkursion, sagte Bobst mit einem Augenzwinkern. Und dass das so ist, glaubten alle nach dem Einstieg über die Brennnessel und deren vielen Vorzüge, denn schon mit dieser Pflanze hätte ein Nachmittag gefüllt werden können.

Das Scharbockskraut, zwar leicht giftig aber äusserst Vitamin C reich, die gefleckte Taubnessel, Gundelrebe, Waldsauerklee und natürlich der Bärlauch: an vielen dieser Kräuter sind wir schon vorbei gegangen, aber dass diese bestens essbar wären, wussten die meisten wohl nur vom Bärlauch. Ein faszinierendes Detail war der Bestäubungsmechanismus des Aronstabs, der mit einer Kesselfalle und Lockstoffen kleine Insekten anzieht, um sich sicherlich nicht selber zu bestäuben.

Vitamine und Mineralstoffe können also auch vor der Haustüre im Garten und im Wald gesammelt werden. So gab es zum Apéro natürlich Kräuterspinat-Amusebouches, um die Entdeckungen des Tages auch kulinarisch zu geniessen. Toni Stampfli, Gabriel Baiguini und Markus Arnold ist es einmal mehr gelungen, eine tolle Wanderung während der unterrichtsfreien Zeit auf die Beine zu stellen.

