

# BLICKPUNKT LOKAL

## Die Tradition aufleben lassen

Kräuterhexen galten ursprünglich vor Jahrhunderten als weise Frauen, die sich für das Wohl der Menschen, vor allem der Landbevölkerung einsetzten. Erst zu Zeiten der Inquisition im ausgehenden Mittelalter wurden sie aufgrund ihrer Heilungserfolge als Hexen denunziert, verfolgt und hingerichtet. Das Wissen um die Kraft von Heilkräutern ging damit über die Jahrhunderte hinweg so gut wie verloren. Meist waren es Ärzte, Apotheker und Kräutlerliebhaber, die einige Kenntnisse über die Kräuter bewahrten.

Gabriele Bickel aus Sternenfels, die nach eigenen Angaben einzige Kräuterhexe, hat die Tradition der alten Kräuterhexen wieder aufleben lassen und meint: „Es ginge uns heute wohl

besser, hätten die Frauen von damals ihr Wissen nicht bei den Hexenverbrennungen auf dem Scheiterhaufen mit ins Grab genommen.“ PZ-Redaktionsmitglied



Magnus Schlecht  
Telefon (0 70 41) 95 71-20

besuche die Kräuterhexe. Die Sternenfelslerin ist nicht zuletzt bekannt durch zwei Buchpublikationen und zahlreiche Fernseh- und Rundfunksendungen. In Sternenfels in der Maulbronner Straße und im Maulbronner Klosterhof besitzt sie jeweils einen Kräuterhexenladen.



Sofern sie nicht auf Reisen ist, verbringt die Sternenfels Kräuterhexe alias Gabriele Bickel die meiste Zeit in ihrem Kräutergarten.  
Fotos: Schlecht

Keine schwarze Katze sitzt ihr auf der Schulter, auch kein schwarzer Rabe. Sie hat weder einen Buckel noch Hakennase noch ziert eine Warze ihr Gesicht. Schwarz gekleidet ist sie selten und in einem Hexenhäuschen wohnt sie schon gar nicht. Eine Hexe ist Gabriele Bickel aus Sternenfels dennoch, eine gute Hexe, eine Kräuterhexe nämlich, und dies aus Leidenschaft und von Beruf.

Von Beruf Hexe? „Ja“, sagt Bickel allen Ernstes, aber nicht ohne dabei ein bißchen grinsen zu müssen. „Kräuterhexe zu sein, ist mein täglich Brot.“ Aha. Heißt das, Gabriele Bickel schnürt bei Vollmond die Hexenschuhe, schwingt sich auf ihren Besen und sammelt auf einer Waldlichtung verwunschene Kräuter? Sicher nicht. Von Walpurgisnacht und Blocksberg-Mythos will die

Sternenfels Kräuterhexe nichts wissen. Sie streift natürlich immer mal wieder durch die Wälder und über die Felder rund um Sternenfels, fast alles jedoch findet in ihrem Kräutergarten statt. Eine Kräuterhexe sammelt, mischt Tee- und Gewürzmischungen, kümmert sich um die Allergien ihrer Kunden und hat nichts mit Esoterik oder Zauberei am Hexenhut. „Mit Hexenromantik hat das nichts zu tun“, sagt sie, „Kräuterhexe zu sein, ist ein knallharter Job.“ Von der Kraft der Kräuter ist sie natürlich überzeugt: „Kräuter halten gesund und machen fit.“ Ob Rosenwasser, Liebestrank, Wohlfühlttee, Erkältungstee oder Kräuterkeks – die Sternenfels Kräuterhexe hat für alles und jeden die passende Mixtur parat. Gut zehn Jahre hat sie nun schon als hauptberufliche Kräuterhexe auf dem Buckel. Nachdem sie sich zunächst darauf

konzentriert hatte, sich das fast vergessene Wissen der Kräuterfrauen aus dem Mittelalter anzueignen, gehören mittlerweile Management, Vorträge, Fernsehauftritte und das Verfassen von Kräuterbüchern zu ihrem Alltag.

Wenn die Kräuterhexe nicht auf Lese- oder Vortragsreise überall in Deutschland in ihrem Opel-Astra-Besen ist, steht sie morgens um 6 Uhr auf, geht in den Kräutergarten oder auf Kräuterwanderung. Drei Stunden später geht sie dann in eines ihrer zwei Geschäfte in Sternenfels oder im Kloster Maulbronn. Dort kümmert sie sich um das Geschäftliche und vor allem um Liebhaber ihrer Kunst. Bei Mittagstisch wird im Kräutergarten geerntet, später die Post bearbeitet und spätestens um 15 Uhr geht es wieder in den Kräuterhexenladen. Abends ist sie in ihrem

Labor zu finden. Das ist keine Hexenküche, wo Giftiges sprudelt und ergreifend ein Ort, an dem sie ihre Tee- und Gewürzmischungen und Elixiere anrührt und mischt. Zwischendurch ist Gabriele Bickel auch noch Mutter einer zwölfjährigen Tochter und Ehefrau.

Manchmal komme sie ins Grübeln, wie unverhofft sich ihr Leben entwickelt habe. Schon von Kindesbeinen an hat sich die gebürtige Karlsruherin zwar für Kräuter und Blumen interessiert, doch zum Beruf hat sie sich zunächst ein anderes Hobby gemacht: das Zeichnen. Bickel ist gelernte Grafikdesignerin und war jahrelang auch glücklich mit ihrer Arbeit. Warum dann Kräuterhexe? „Es gab ein Schlüsselereignis. Nach einer enttäuschenden Kräuterwanderung in Österreich, war ich der Auffassung, das kann ich auch und vor allem besser.“ Daraufhin hat sie kleine Kräuterwanderungen organisiert, als Steckenpferd sozusagen.

Vor gut zehn Jahren also, als Vder eigentliche Beruf zur Nebenbeschäftigung geworden war und sie von Leuten die „Kräuterhex“ gerufen wurde, hat sie sich für ein Leben als Kräuterfrau entschieden. Heute ist sie weltweit berühmt, körbeweise Fanpost aus aller Welt zeugt davon. War sie vor Jahren noch „als eine Kräuterhexe aus Sternenfels bekannt“, sagt sie, „so spricht

man mittlerweile nur noch von der Kräuterhexe.“ Sie ist sich sicher, daß ihre Entwicklung und ihr Leben als Hexe „von einer höheren Warte aus gesteuert ist“. In ihrem Buch „Mein Kräuterhexenwissen“ schreibt sie dazu: „Als Kräuterhexe wird man geboren, und, wenn man es nicht gleich merkt, wird man von den Mitmenschen dazu gemacht.“

Für viele Menschen ist Gabriele Bickel tatsächlich eine Anlaufstelle für deren alltägliche Gebrechen. Die Beratung ist für sie oft das A und O ihrer Arbeit. „Ich muß abklopfen, ob jemand einen Schnupfen hat oder nicht schon eine Lungenentzündung.“ Bei letzterem schickt sie denjenigen sofort zum Mediziner, denn als Ersatz für einen Arzt sieht sie sich nicht. Sie sei kein Quacksalber und kein „Doktor Fitzlebutzli“, vielmehr ein Puffer zwischen Arzt und Apotheker. Nicht selten muß sie sogar seelsorgerische Dienste leisten. „Dabei hilft dann meist weder Tee noch sonst ein Elixier, sondern einfach nur Reden“, sagt die Sternenfels Kräuterhexe.

### Kräuterhexe im TV

Heute, 19 Uhr, tritt die Kräuterhexe in der Fernsehshow „Service: Natur und Garten“ auf. Die Sendung überträgt das Dritte Programm des Hessischen Rundfunks.



Am gestrigen Kräutertag in der Oberderdinger „Pustebume“ von Anne Schibalsky (Mitte) präsentierten die Sternenfels Kräuterhexe und „Knödelkönig“ Werner Fitterling die neuen Kräuterhexen-Bärlauch-Knödel erstmals der Öffentlichkeit.

### Tips für den Garten

## Thymian, Salbei & Co.

Die Neupflanzung einiger Kräuter kann schon früh im Jahr vorgenommen werden. So werden beispielsweise Thymian, Oregano, Salbei, Majoran und Lavendel, also allesamt Kräuter aus südlichen Ländern, im Frühjahr als gut durchwurzelte Topfware angeboten. Da es sich um Pflanzen handelt, die jedoch in unseren Breitengraden kultiviert wurden, können sie bereits im Vorfrühling in den Garten ausgepflanzt werden.

Dabei ist darauf zu achten, daß der Gartenboden, auch bis in tiefere Schichten, nicht mehr gefroren ist. Selbst bei hoher Bodenfeuchte müssen neugepflanzte Kräuter gut angegossen werden, um ein optimales Anwachsen zu gewährleisten.



Von Hexenküche keine Spur – Die Kräuterhexe mischt und rührt an daheim in ihrem bescheidenen Labor.

### Rezepttips für Spezialitäten aus der Küche der Sternenfels Kräuterhexe

# Das Viagra der Heilpflanzenkunst

Kräutersoßen oder Kräutertartar, Anti-Depression-Tee oder Liebestrank – die Zubereitung ist nach Ansicht der Kräuterhexe denkbar einfach. Die Kräutersoße ist eine Spezialität, die die Kräuterhexe besonders im Frühling empfiehlt: Die sauber gewaschenen und kleingeschnittenen oder -gehackten Kräuter werden in nicht zu heißer Butter etwa fünf bis acht Minuten angegedünstet, dann beiseite gestellt. Als Grundrezept rührt man eine Buttersoße aus 20 Gramm Butter, einem Eßlöffel Mehl, einem Viertel Liter Salzwasser oder Brühe an, in die anschließend die halbgaren Kräuter gegeben werden. Für eine Kräutersoße dürfen es gut 200 Gramm zerkleinerte Kräuter sein. Die komplette Soße wird dann unter Umrühren etwa fünf Minuten auf dem Herd erhitzt, so daß die Kräu-

ter fertig garen. Auf der ausgeschalteten Kochstelle läßt man das Ganze noch etwas ziehen und gibt dann je nach Geschmack einen Schuß Sahne oder Sauerrahm hinzu.

Für den **Kräutertartar** werden in einer Schüssel zwei Becher Schmand, ein Becher Joghurt und drei Eßlöffel bestes Olivenöl mit einer kleingehackten Zwiebel und etwas Salz und Pfeffer glattgerührt. Einige der nun zuzugebenden Kräuter sollten unbedingt aus der Knoblauchfamilie kommen. Die Lieblingsmischung der Kräuterhexe besteht aus Bärlauch, Weinlauch, Kresse, (wildem) Feldsalat, wenig Sauerampfer und ein bis zwei Gänseblümchen ohne Wurzeln, insgesamt ungefähr 150 Gramm. Die Kräuter werden heiß gewaschen, sehr fein gewiegt und in die Rahm-

mischung eingerührt. Dazu ein frisches Bauernbrot.

Zum **Anti-Depressions-Tee** gehören 20 Gramm Zitronenmelissenblätter, 20 Gramm Baldrianwurzeln, 20 Gramm Passionsblumenkraut, 10 Gramm Weißdornblüten, 10 Gramm Fenchel Früchte (gestoßen), 10 Gramm Rosmarin und als wichtigstes Ingredienz rät die Kräuterhexe 30 Gramm Johanniskraut, auch Stolz Heinrich genannt. Pro Tasse überbrüht man einen Teelöffel Kräuter, läßt alles fünf Minuten zugedeckt ziehen, seht ab und trinkt den Tee lauwarm.

Der **Liebestee** hilft bei Problemen körperlicher Art in einer Partnerschaft, sagt die Kräuterhexe über das Viagra der Heilpflanzenkunst. Dieser Tee wird im Be-

darfsfall 40 Tage lang morgens und abends getrunken. 60 Gramm Bohnenkraut, 20 Gramm Rosmarin, 20 Gramm Minze (Orangen- oder Apfelminze), 20 Gramm Wildorangenknospen und pro Tasse zwei Rosenknospen hinzufügen. Man überbrüht von dieser Mischung pro Tasse einen Eßlöffel voll mit kochendem Wasser, läßt fünf Minuten ziehen, seht ab und trinkt diesen Tee mit einem Teelöffel Rosenzucker gesüßt.

Rezepte und Gartentips aus: Gabriele Bickel, Mein Kräuterhexenwissen, Stuttgart 1997, Kosmos.



Weder Katze noch Warze, doch Hexenschuhe hat die Kräuterhexe allemal.