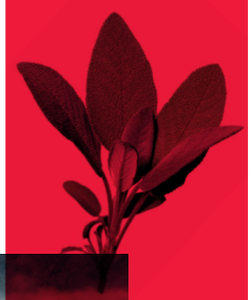
Kraut erster Wahl:

Der Salbei

Grundausstattung für Grillmeister, wie man sich mit ihm gegen die Pest schützt und was man tut, wenn die Chips aus sind.

TEXT: SANDRA BACHL / FOTO: MAXIMILIAN LOTTMANN

:Infoporn



SALBEI

Preis: ab 3,90 Euro

Verbrauch: ca. 3 Liter pro Woche

Leistung: ca. 60 Zentimeter (sortenabhängig)

Motor: Salvia officinalis

Treibstoff: sandige Gartenerde

Extras: Heilpflanze, wichtige Bienenweide, nicht für Schwangere

_Sandra Bachl.
Die Garten- und Landschaftsgestalterin plant und realisiert pflegeleichte Gärten und Dachterrassen.
designamsee.at

Es soll ja Männer geben, die können kochen. Oder grillen. Grillen können alle. Das liegt ja quasi in den Genen, und als Frau gibt man dabei nur Tipps, wenn man nicht am Leben hängt. Spätestens ab zehn Grad Außentemperatur wird in den Startlöchern gescharrt. Es gilt, der Erste zu sein, der mit Daunenjacke bekleidet im Netz Fotos von halben Kühen am Rost postet. Selbst als Vegetarier – ein Griller mit den Ausmaßen eines VW Polo auf der Terrasse kann nie schaden. Es ist dann zwar sonst kein Platz mehr, aber wer will schon in der Sonne sitzen. Ist eh ungesund. Rauchen kann man auch drinnen.

Apropos Sonne. Salbei liebt Sonne, steinigen Boden und wenig Wasser. Optimale Voraussetzungen also, um in einem männlichen Haushalt mehr als zwei Wochen zu überleben. Auch als Pflanze. Er ist wunderbar pflegeleicht, ein super Gewürz zum Grillen, für Cocktails, und sind die Chips aus, kann man die Blätter im Backrohr trocknen und essen. Schmeckt überraschend gut. Auch die Blüten sind essbar, eine wichtige Bienenweide und bringen Rekorderträge an Honig.

Salbei verwendet man auch, um Süßigkeiten oder Bier zu aromatisieren, zum Haarefärben und in Deodorants. Seit dem Altertum ist er eine bekannte entzündungshemmende Heilpflanze und bis heute wichtig in der Pharmazie. Während der großen Pestepidemie 1630 in Toulouse plünderten Diebe ohne Furcht vor Ansteckung die Verstorbenen. Sie wurden gefasst und gaben, im Austausch für ihr Leben, ihr Geheimnis preis. Sie hatten sich am ganzen Körper mit einer Mixtur aus Salbei, Essig, Thymian, Lavendel und Rosmarin eingerieben. Wie man sieht, ist der Salbei sehr wandelbar. Quasi die Heidi Klum der Kräuter. Nur nicht so langweilig.

Fotos: Getty Images (1), beigestellt