

## Bodensee für Kräutertans

*Viele Bodenseegärten widmen sich dem Anbau von Kräutern und Heilpflanzen*

Kräuterbeete sind ein absoluter Gartentrend. Die erste Anleitung zum Kräuternanbau kommt vom Bodensee, wo Gärtner vielleicht wegen des milden Klimas schon immer grünere Daumen hatten als anderswo. Es war ein Mönch von der Insel Reichenau, der im Mittelalter den ersten Gartenratgeber der Welt schrieb. In Versform empfahl er 24 Heilpflanzen. In den Bodenseegärten kann man sich herrlich für die eigene Kräuterschnecke inspirieren lassen - und bei Gartenführungen einige Kniffe der Kräuterkenner mit nach Hause nehmen.

### Mittelalterliche Kräuterkunst

"Hortulus - Über die Pflege von Gärten" nannte der Reichenauer Mönch Walahfrid Strabo vor fast 1.200 Jahren sein Büchlein. Auf der Gemüseinsel im Bodensee steht ein originalgetreuer Nachbau seiner Pflanzensammlung. Mittelalterliche Kräutergärten gibt es viele, oft sind sie jedoch nicht "komplett". Das Original direkt am Fuße der Kirche in Mittelzell zeigt alle 24 Pflanzen, die Strabo nach Form, Farbe, Duft oder Geschmack beschrieb. Seinen Lesern gab der Mönch zudem den Rat, Geduld walten zu lassen. Wie mühsam die Gartenarbeit sein kann, erzählte er am Beispiel eines unaufhörlich wachsenden und rankenden Flaschenkürbisses. Der Hortulus-Kräutergarten ist innerhalb der alten Reichenauer Klostermauern öffentlich zugänglich. Im Sommerhalbjahr verrät die Führung "Ein Garten wie ein Gedicht" Strabos Geheimnisse (Termine vgl. Serviceteil).

### Kräuterjahr im Kartäuserkloster

Das ehemalige Kartäuserkloster Ittingen stellt das Jahr 2015 ganz unter das Zeichen heilender und würzender Gewächse. Nach mittelalterlichem Vorbild wurde ein neuer Heilkräutergarten angelegt, der mit einem Audioguide erkundet werden kann. Besucher erfahren dabei nicht nur wie Heilkräuter wirken und genutzt werden, sondern auch etwas über das Leben der Kartäusermönche, die einst auf dem Gelände schwiegen und beteten. In einem der parzellierten Gärten wächst ein kräftiger Strauch Mönchspfeffer, im Volksmund auch Keuschlamm genannt. Die Früchte galten im Mittelalter als lustmindernd und standen bei Mönchen und Nonnen deswegen hoch im Kurs. Eine moderne Form klösterlicher Kontemplation bietet die Begehung des duftenden Thymianlabyrinths auf dem Gelände der Kartause.

### Loungen auf der Rasenbank

Ein weiterer Garten nach mittelalterlichem Vorbild befindet sich hoch über dem Untersee auf dem Gelände von Schloss Arenenberg. Mit seinem "Patriziergarten" verweist das Schloss auf seine lange Geschichte, denn schon im Mittelalter genossen reiche Familien die Aussicht nur wenige Kutschenminuten von Konstanz entfernt. Hier lustwandelt es sich ganz so, wie es edle Herrschaften zur Ritterzeit gern taten. Heute taucht man zudem mit Hilfe eines kurzweiligen Hörspielguides ab in ein etwa einstündiges authentisches Gartenerlebnis voller duftender Blumen und symbolträchtiger Kräuter.

### Heilen mit der Kraft der Natur

Die Heilpflanzenwelt des Naturheilkunde-Pioniers Alfred Vogel ist ein Kräutergarten der Superlative. Neben der Firmenzentrale in Roggwil bietet eine kostenfrei zugängliche Besucherwelt einen Einblick in die Welt der heilenden Pflanzen. Der EchinaPoint ist eine Hommage an die Lieblingspflanze des Gründervaters, den Roten Sonnenhut (*Echinacea purpurea*). Auf einer USA-Reise in den 50er Jahren bekam Alfred Vogel die ersten Samen vom Sioux-Häuptling Black Elk geschenkt. Bei einem alle Sinne ansprechenden Parcours trumpft die Natur nicht nur mit Schönheit, sondern auch mit oft unbekanntenen Heilkräften auf.

### Kräuter als kulinarische Entdeckung

Wer im Bio-Schlosshotel Wartegg zu Gast ist, der speist und nächtigt in einem Landschaftspark mit Bodenseeblick. Auf der Speisekarte steht ein Salat aus 14 Kräutern. Angebaut werden sie direkt im Schlossgarten, vom Beet zur Küche ist es nur ein kurzer Fußweg. Im Pro Specie Rara Sortengarten dürfen ausgefallene Kräutersorten zeigen, was geschmacklich möglich ist, wenn fachkundige Gärtnerhände sich um zierliche Pflänzchen kümmern.

### Kräuter am Wegesrand und in der Luft

Die Bodenseestadt Überlingen wird 2020 die baden-württembergische Landesgartenschau ausrichten. Schon jetzt führt ein Gartenkulturpfad durch Gärten und Parks zu aussichtsreichen Pavillons hoch oberhalb der Stadt und über sonnige Spazierwege direkt am grünen Ufer. Bei geführten Kräuterwanderungen zeigen sich eher unbekannte Gewächse wie Sumpfkohldistel und Mädesüß Seite an Seite mit Löwenzahn und Frauenmantel. Am Ende des Spaziergangs durch Wald und Wiese macht ein Wildkräuterbuffet Lust aufs Weiterpflücken. Weil Überlingen seit 60 Jahren Kneippheilbad ist, duften seit diesem Sommer auch in der Fußgängerzone Heilpflanzen und Kräuter. Zehn große Pflanzkübel repräsentieren sie als eines der fünf kneippischen Elemente - und sorgen so für eine wohltuende Kräuterbriese auf der Münsterstraße. Auf kleinen Tafeln erfahren die Spaziergänger noch bis August, um welche Pflanzen es sich handelt und wie diese eingesetzt werden können.

Kontakt: Verein Bodenseegärten, Schloss Arenenberg, CH-8268 Salenstein, Tel. +41 79 430 45 17, [info@bodenseegaerten.eu](mailto:info@bodenseegaerten.eu), [www.bodenseegaerten.eu](http://www.bodenseegaerten.eu)

## SERVICE

### Hortulus-Kräutergarten auf der Insel Reichenau

Bereits im 9. Jahrhundert legte Abt Walahfrid Strabo im Kloster Reichenau einen Garten an, dessen 24 Pflanzen er in dem gleichnamigen Gedicht "Hortulus" beschrieb. Der Hortulus-Kräutergarten ist heute innerhalb der alten Reichenauer Klostermauern öffentlich zugänglich. Im Sommerhalbjahr wird außerdem die Führung "Ein Garten wie ein Gedicht" angeboten. Ingrid Günther weiht die Teilnehmer in Strabos Geheimnisse ein und erklärt, wie seine Kräuter im Mittelalter Verwendung fanden und wie sie heute genutzt werden. Termine: 16. Juli, 30. Juli, 6. August, 13. August, 17. September und 24. September 2015 jeweils um 10 Uhr. Informationen: Tourist-Information, Pirminstrasse 145, D-78479 Insel Reichenau, Tel.: +49 (0)7534 92 07 0, [info@reichenau-tourismus.de](mailto:info@reichenau-tourismus.de), [www.reichenau-tourismus.de](http://www.reichenau-tourismus.de)

### Kartause Ittingen

An die 20 Thymiansorten wachsen im Thymianlabyrinth der Kartause Ittingen. Das Labyrinth skizziert den Weg zur Mitte und ist ein Ort moderner klösterlicher Kontemplation. Am 12. Juli 2015 findet unter dem Titel "Frühmorgens unterwegs zur Mitte" um 8 Uhr eine öffentliche Begehung des Thymianlabyrinths und -beets statt. Rund 50 verschiedene, zum Teil seltene Wald- oder schwierig zu kultivierende Wildpflanzen finden sich heute im Heilkräutergarten der Kartause Ittingen. Annemarie Spring erzählt bei einer öffentlichen Kräutergartenführung am 6. September 2015 um 15 Uhr mehr zu ihrer Wirkung und Eigenschaften. Informationen: Kartause Ittingen, CH-8532 Warth bei Frauenfeld, Tel. +41 52 748 44 11, [info@kartause.ch](mailto:info@kartause.ch), [www.kartause.ch](http://www.kartause.ch), [www.kunstmuseum.ch](http://www.kunstmuseum.ch)

### Führung durch die Gärtnerei Negrassus in Überlingen

Ausgefallene Kräuter sind die gärtnerische Leidenschaft der Gärtnerei Negrassus in Überlingen. In ihrem Kräutergarten wachsen beispielsweise

Indisches Basilikum und Stevia sowie viele weitere besondere Küchen- und Heilkräuter. Bei einer Führung werden Kräuterkenner und -anfänger in die Welt der grünen Gewächse mitgenommen und genießen dabei den Blick über die Weinberge und auf den Bodensee. Termine: 28. Juli, 25. August, 8. September und 22. September 2015 jeweils von 18 bis 19 Uhr. Informationen: Gärtnerei Negrassus, Rauensteinstr. 140, D-88662 Überlingen, Tel.: +49 (0)7551 4543, info@negrassus-ueberlingen.de, www.negrassus-ueberlingen.de, www.ueberlingen-bodensee.de

#### Schlossgarten Wartegg

Schloss Wartegg liegt inmitten einer englischen Parkanlage am Rorschacherberg mit Blick auf den Bodensee. In diesem über 140 Jahre alten Park befindet sich auch der 2.500 Quadratmeter grosse Schlossgarten, wo Kräuter, Schnittblumen und Gemüse wachsen. Der Garten wird biologisch-dynamisch bewirtschaftet, die Ernte in der Küche des Schlosses direkt weiterverarbeitet. Der Schlossgarten ist tagsüber frei zugänglich. Informationen: Schloss Wartegg, Von Blarer Weg, CH-9404 Rorschacherberg, Tel.: +41 (0)71 858 62 62, schloss@wartegg.ch, www.wartegg.ch

#### Echinacea-Erntetag in der A.Vogel Heilpflanzenwelt

Im EchinaPoint in Roggwil dreht sich alles um den Naturheilkunde-Pionier Alfred Vogel und seine Lieblingspflanze, den Roten Sonnenhut (Echinacea purpurea). Am 15. August 2015 findet dort bereits zum zweiten Mal der Echinacea-Erntetag statt. Besucher können den Roten Sonnenhut ernten und eine eigene Echinacea Tinktur herstellen. Außerdem gibt es Führungen zum Heilpflanzenanbau. Informationen: Alfred Vogel Naturheilpflanzenwelt, Erlebniszentrum EchinaPoint auf dem Gelände der Bioforce AG, Grünaustrasse 4, CH-9325 Roggwil, Tel.: +(0)41 71 454 62 42, a.jenny@avogel.ch, www.erlebnisbesuche.avogel.ch

#### Mittelalterlicher Patriziergarten auf Schloss Arenenberg

Der Patriziergarten auf Schloss Arenenberg hat den Zuschnitt eines klassischen mittelalterlichen Lustgartens. Seine Fläche liegt bei rund 300 Quadratmetern, seine Wege führen vorbei an Rasenbänken, einem Brunnen und ungezählten Duft- bzw. Nutzpflanzen. Mit Hilfe eines kurzweiligen Hörspielguides tauchen Besucher in ein etwa einstündiges authentisches Gartenerlebnis voller duftender Blumen und symbolträchtiger Kräuter ab. Informationen: Schloss und Park Arenenberg (Napoleonmuseum Thurgau), CH-8268 Salenstein, Tel.: +41 (0)58 345 74 10, napoleonmuseum@tg.ch, www.napoleonmuseum.ch

#### Kräuter kaufen und selber pflanzen

Wer sein Standard-Kräuterset um exotische Kollegen ergänzen möchte, findet auf der Reichenau eine große Auswahl an Duft-, Heil-, Wild- und Kräuterpflanzen. Die Gärtnereibetriebe setzen auf Direktvertrieb, im Kräuterhaus Böhler werden rund 220 verschiedenen Arten angeboten. Basilikum, das nach Zimt duftet gibt es hier ebenso wie Salbei mit schwarzen Blüten. Informationen: Böhler Gemüse und Pflanzen, Riedstraße 10, D-78479 Insel Reichenau, Tel.: +49 (0)7534 75 34, info@gemuese-boehler.de, www.gemuese-boehler.de

Texte und weitere Bilder: [hier](#)

### Pressekontakt

PR2 Petra Reinmöller Public Relations

Frau Petra Reinmöller  
Businesspark / Max-Stromeyer-Str. 116  
78467 Konstanz

pr2.de  
redaktion@pr2.de

### Firmenkontakt

PR2 Petra Reinmöller Public Relations

Frau Petra Reinmöller  
Businesspark / Max-Stromeyer-Str. 116  
78467 Konstanz

pr2.de  
redaktion@pr2.de

Medienarbeit mit journalistischem Anspruch. Das setzt PR2 Petra Reinmöller Public Relations als PR-Agentur mit Sitz in Konstanz für Kunden aus Tourismus und Freizeit um. Mit großem Netzwerk und hoher Wirksamkeit sorgen wir für überregionale und internationale Berichterstattung zum Tourismus am Bodensee und zu touristischen Angeboten in der Region St.Gallen, dem Kanton Thurgau und dem westlichen Teil des Bodensees, dem Untersee. Als Pressestelle unterstützen wir kulturtouristische Anbieter wie das Napoleonmuseum Thurgau, die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg (Schloss Salem) und das See-Burgtheater Konstanz-Kreuzlingen, Hotels wie das Klosterhotel Haus St.Elisabeth in Hegne, Bäder wie die Meersburg Therme und ÖPNV-Anbieter wie die SBB GmbH in Deutschland und der Schweiz.

Anlage: Bild

