



## Mo Hilger und der „König“ am Wegesrand

Die zertifizierte Kräuterpädagogin erklärt – nicht nur Kindern – welche Pflanzen gut in Salat, Quark oder ins Müsli passen

VON NAIMA WOLFSPERGER

**Nordkreis.** Was vielen Gartenfreunden ein Dorn im Auge ist, das sind für Mo Hilger nicht selten „Delikatessen am Wegesrand“. Hilger ist zertifizierte Kräuterpädagogin. Sie arbeitet in der Natur-Erlebnis-Werkstatt in Alsdorf – und sie kennt sich aus mit dem Grün, das andere lieblos als „Unkraut“ bezeichnen. Mit den Kindern, die zur Natur-Erlebnis-Werkstatt kommen, geht sie oft zu der Streuobstwiese zwischen Mariadorf und Hoengen. Die Pflanze, von der man wirklich alles verarbeiten könne, sagt Hilger, ist eine, die jeder kennt: Der Löwenzahn. „Dabei hieß es früher immer, der milchige Saft aus den Stängeln sei giftig.“ Hilger glaubt, dass Ammenmärchen resultieren aus der Tatsache, dass der Pflanzensaft Flecken auf der Kleidung hinterlasse, die nicht mehr auszuwaschen seien. „Unter der Lupe erkennt man, dass die einzelnen Blüten aus etwa 200 kleinen Zungenblüten bestehen.“ Das findet die 47-Jährige beson-



„Delikatessen am Wegesrand“: Mo Hilger, zertifizierte Kräuterpädagogin, weiß, wo man sie findet.

Fotos: Naima Wolfsperger

„Wie Kapern einlegen, panieren oder braten.“

MO HILGER ÜBER  
LÖWENZAHNKOSPEN

ders faszinierend. Die Blüten sind süßlich. Gelee, Blütenquark oder einfach aufs Butterbrot legen, „das ist köstlich“. Die Löwenzahnwurzel habe früher als Kaffee-Ersatz gedient, „sie wurde gut gesäubert, getrocknet, in der Pfanne geröstet, gemahlen und aufgebriht“, erzählt Hilger. Die Löwenzahnblätter enthalten Bitterstoffe und regen die Verdauung an. Neben Salat können sie auch in Kräuterbutter, -quark und ins Gemüse gemischt werden. Sogar die Knospen des Löwenzahns sind genießbar. „Man kann sie zum Beispiel, wie Kapern, einlegen“, sagt Hilger, „oder panieren und braten.“

Generell unterteile man Wildkräuter in Würzkräuter und Wildgemüse. „Wie die Namen es verraten, dienen die einen zum Würzen, die anderen können wie Gemüse zubereitet werden.“ Die Ernährung mit Kräutern aus der freien Natur bringe viele gesundheitliche Vorteile mit sich, sagt Hilger. „Kräuter und Gemüse in

den Supermärkten sind in der Regel überzichtet. Und sie müssen den Winter nicht in der freien Natur überleben.“ Deshalb habe das Supermarktgemüse weniger Vitamine und Mineralien. Gerade die Bitterstoffe würden auch oft mit der Züchtung entfernt, „dabei sind sie sehr gesund.“ Wer Wildkräuter nicht gewohnt ist, sollte zu Beginn lieber vorsichtig anfangen, anfangs nur ein paar Kräuter, ganz klein geschnitten unter den Salat mischen, sagt Hilger. Ihr Lieblingskraut ist die Knoblauchsrauke. „Sie riecht und schmeckt wie Knoblauch.“ Aber man würde danach nicht selbst so riechen.

„Der König am Wegesrand ist der Breitwegerich“, sagt Hilger, der „Freund der Wanderer“: Blätter in den Socken halte die Füße frisch und beuge gegen Blasen vor. „Außerdem kann man die jungen Blätter gut in den Salat geben.“ Sie sind dann noch weich. Die reifen Fruchtstände könne man auch frittieren und anbraten, „sie schmecken wie kleine Maiskölb-

chen“. Ein naher Verwandter, der Spitzwegerich, hat auch heilende Wirkung. Wenn die Blätter zerrieben werden, dann kann der grüne Pflanzensaft auf Insektenstiche und Brennnesselquaddeln aufgetragen werden und hilft gegen Juckreiz. Die Blätter und Knospen schmecken pilzähnlich. „Wie Champignons“, sagt Hilger. Die Blätter passen in Salat, Butter und Quark.

Besonders unterschätzt werde die Brennnessel. „Sie ist unbeliebt, wegen ihrer Brennhaare“, sagt Hilger. Aber diese schützen die Pflanze vor Fressfeinden. „Sie wachsen von unten nach oben. Wenn man die Brennnessel also richtig anpackt, dann verletzt man sich dabei auch nicht.“ Im Frühling könne man die junge Pflanze ganz verwerten. Wenn sie schon hoch gewachsen sei, sollte man nur noch die oberen Blätter verwenden. Hilger wagt zu Hause mit einem Nudelholz über die Brennnessel, „um die Brennhaare zu zerstören“. Dann könne man die Pflanze wie Spinat zubereiten, aber auch eine Quiche backen oder in Quark und Butter mischen. Im Herbst landen getrocknete Brennnesselsamen bei Hilger im Salat, im Müsli oder auf dem Butterbrot. „Sie stärken und kräftigen.“

Die erste und oberste Regel der Wildkräuterküche sei aber: „Nur essen, wovon man zu hundert Prozent weiß, was es ist.“ Viele Pflanzen hätten ähnliche Verwandte, die nicht nur gesundheitsgefährdend, sondern auch tödlich sein können.

### AUS DEM KRÄUTER-ABC

## Distel, Nessel, Giersch



▶ **1) Die Taubnessel** ist vielen aus der Kindheit bekannt. Ihre süßen Blüten können in einem süßen Blütenquark, mit Milch und Sirup, verarbeitet werden. Die Blätter passen gut in Kräuterquark, -butter oder zu Gemüse.

▶ **2) Der Giersch** ist ein Alkraut für Gärtner. Mit der 3-3-3-Regel (dreikantiger Stängel, drei dreiteilige Blätter) kann der junge Giersch im Frühling erkannt werden. Er wird auch Geißfuß genannt: der Fuß der Blattstängel sieht aus wie der einer Ziege. Man sollte bei der Ernte aber

genau wissen, was man pflückt: Er hat tödlich giftige Verwandte.

▶ **3) Die Vogelmiere** hat weiße Sternblüten, die sehr filigran sind und nach Erbse schmecken. Wenn man den Stängel vorsichtig auseinanderzieht, bleibt ein fadenähnliches Verbindungsstück übrig, der sogenannte Hühnerdarm.

▶ **4) Die Ackerkratzdistel** hat helle lila Blüten, die süß riechen. Daraus ein Gelee zu machen, ist aufwendig, weil die Blüten so klein sind. Sie ist die einzige Distel, die man für Gelee verwenden kann.

### „Wilde Kräuterküche“ für Kinder ab sieben

Eine „Wilde Kräuterküche“ für Kinder ab sieben Jahre findet am Samstag, 21. Mai, von 10.30 bis 17 Uhr in der Natur-Erlebnis-Werkstatt statt. Bei einer Tour durch Wald und Wiese wird sich auf die Suche nach wilden Kräutern gemacht. Essbare Wildpflanzen und ihre Verwendung in der Wildkräuterküche werden kennengelernt. Es handelt sich um eine Veranstaltung der BUND-Jugend. Jedes

Kind ist nach Anmeldung herzlich willkommen.

Die Kosten betragen 18 Euro inklusive Materialkosten. Anmeldungen bis eine Woche vor der Veranstaltung (Samstag, 14. Mai) unter: anmeldung@naturerlebniswerkstatt-alsdorf.de oder telefonisch bei Mo Hilger ☎ 0241/4774954 oder ☎ 0175/2463209.

## Ein Rathaus hinter Gittern: Was der Käfig in Setterich soll

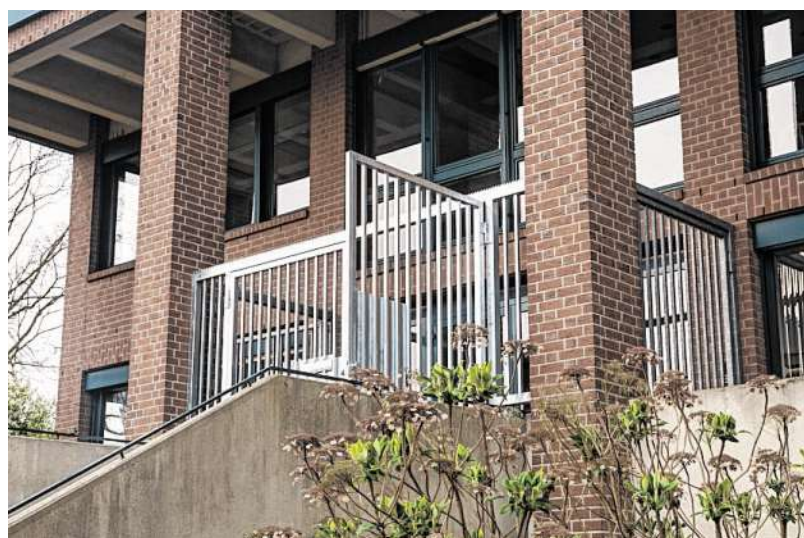
Der Haupteingang ist mehrfach Zielscheibe „destruktiver Kreativität“ gewesen, wie Bürgermeister Willi Linkens erläutert

VON KARL STÜBER

**Baesweiler.** Das Rathaus in Setterich liegt in idyllischer Umgebung. „Im Rücken“ des Gebäudes „An der Burg“ befindet sich ein Park. Und auch vor dem Haupteingang herrscht überwiegend Ruhe – nur gestört von einigen Fahrzeugen. Aber die Idylle ist trügerisch. Das Verwaltungsgebäude ist von der Stadt auf- und eingerüstet worden. Vor dem Haupteingang fällt eine kalt wirkende Metallkonstruktion ins Auge, die an einen Käfig erinnert. Die unlängst montierte Konstruktion wäre geeignet, in einem Tiergarten den Besucher vor dem Zugriff des Löwen zu schützen. In Setterich aber geht es nicht um Raubtiere, sondern um den Schutz des Eingangsbereichs vor dem Zugriff von außen.

Hat es etwa Übergriffe von „Kunden“ des Sozialamtes oder weiterer Bereiche gegeben, wie sie

aus anderen Kommunen gemeldet werden? Müssen Mitarbeiter geschützt werden? Bürgermeister Dr.



Mit einem „Käfig“ gesichert: Am Haupteingang des Rathauses in Setterich steht ein Stahlgitter, um Zerstörungswütige fernzuhalten. Foto: Stüber

Willi Linkens (CDU) widerspricht auf Anfrage unserer Zeitung. Die „erkannte Maßnahme am Rathaus

Setterich“ sei keine Sicherheitsmaßnahme für Mitarbeiter. „Vielmehr dient dies der Vermeidung von leider häufig vorgekommenen Beschädigungen und Vandalismus.“ Es ist traurig, dass dies nötig war“, sagt Linkens.

Heißt: Vor allem nachts ist der Bereich offenbar keineswegs mehr so idyllisch. Unbekannte sind unterwegs und lassen ihrer „destruktiven Kreativität“ freien Lauf. Das neue Gitter soll verhindern, dass Unbefugte auf den Rundgang gelangen und dort ihr Unwesen treiben können. „Wir gehen von Kosten in Höhe von etwa 3000 Euro aus“, beziffert der Bürgermeister den finanziellen Aufwand für den Schutzkäfig. Diese Investition werde sich aber „bei Vermeidung von Beschädigungen und Vandalismus schnell als sinnvoll erweisen“.

Damit setzt sich in Baesweiler leider die Serie von Zerstörungs-

wut fort. So war beispielsweise ein Container des Jugend-Camps am Carl-Alexander-Park in Flammen ausgegangen. Zudem waren an Kreisverkehren im Stadtgebiet Verkehrsschilder abgeflext oder umgeknickt sowie eine Ampelanlage zerstört worden. Zudem war der Baesweiler Löwe in der Mitte eines Kreisverkehrs mit Hakenkreuzen und weiteren Symbolen aus der Naziszene beschmiert worden.

### Enge Abstimmung mit Polizei

Und was unternimmt die Stadt generell dagegen? „Wir stimmen uns eng mit der Polizei ab. Aber deren Präsenz kann leider nicht so hoch sein“, bedauert Linkens. Indes sind das eigene Ordnungsamt und ein beauftragter privater Wachdienst im Einsatz, dessen Mitarbeiter nach Maßgabe der Kommune im Stadtgebiet ihre Runden drehen, sagt der Bürgermeister.

## Guten Morgen

Schornsteinfeger bringen Glück. Diese Weisheit wurde nun Realität: Ein vorsichtiger Fahrer war mit seinem Wagen am Auto des Naseweis entlanggeschrammt – und unerkannt geflüchtet. Dachte er zumindest. Denn zufälligerweise stand eine Schornsteinfegerin in der Nähe. Und beobachtete den Vorfall nicht nur, sondern notierte auch das Kennzeichen des „Fluchtwagens“. Einen Zettel mit ihren Kontaktdaten steckte sie sodann an die Windschutzscheibe des demolierten Autos. Den entdeckte der Naseweis gleich nach dem ersten Schreck über die zerbeulte Fahrertür und rief also beim persönlichen Glücksbringer an. So wollte es schließlich das Schicksal, dass der Geschädigte wohl nicht auf den Reparaturkosten sitzen bleibt, sondern der Verursacher zur Kasse gebeten wird. Zusätzlich droht diesem dann auch noch eine Strafe wegen Fahrerflucht. Schornsteinfeger bringen tatsächlich Glück... zumindest denen, die ehrlich sind, weiß jetzt der

## Naseweis

### KURZ NOTIERT

#### Brand in Alsdorfer Mehrfamilienhaus

**Alsdorf.** Das hätte schlimmer enden können: Im Erdgeschoss eines Mehrfamilienhauses in Alsdorf-Mariadorf ist am Dienstagmorgen ein Feuer ausgebrochen. Der Bewohner des Wohnung konnte sich selbst retten, die restlichen Betroffenen wurden von der Feuerwehr evakuiert. Laut Einsatzbericht wurde die Feuerwehr gegen 6 Uhr zu dem Brand im Sechsstreifenhaus an der Pestalozzistraße gerufen. Die Alsdorfer Wehr rückte mit einem Großaufgebot an Kräften zur Einsatzstelle aus. Unter Atemschutz drangen zwei Trupps in die betroffene Wohnung vor. Vier Nachbarn wurden wegen des Verdachts auf eine Rauchgasvergiftung notärztlich versorgt. Die Ursache des Brands, der gegen 6.50 Uhr gelöscht war, ist ebenso noch unklar wie die Höhe des entstandenen Schadens.

#### Ins Vereinsheim eingebrochen

**Alsdorf.** In der Nacht von Sonntag auf Montag sind Unbekannte in das Vereinslokal am Göbbelsstadion, die sehr filigran sind und nach Erbse schmecken. Wenn man den Stängel vorsichtig auseinanderzieht, bleibt ein fadenähnliches Verbindungsstück übrig, der sogenannte Hühnerdarm.

▶ **4) Die Ackerkratzdistel** hat helle lila Blüten, die süß riechen. Daraus ein Gelee zu machen, ist aufwendig, weil die Blüten so klein sind. Sie ist die einzige Distel, die man für Gelee verwenden kann.

Der Versuch, ebenfalls in die Wohnung des Gaststätteninhabers zu gelangen, schlug jedoch fehl. Mit dem in den Kästen gesammelten Bargeld flohen die Täter unerkannt. Die Kriminalpolizei hat die Ermittlungen aufgenommen.

### KONTAKT

#### AACHENER ZEITUNG

AUSGABE AACHEN LAND

AACHENER VOLKSZEITUNG

Lokalredaktion

Tel. 0 24 04 / 5511-30

Fax 0 24 04 / 5511-49

E-Mail:

lokales-alsdorf@zeitungsverlag-aachen.de

Karl Stüber (verantwortlich), Beatrix Oprée,

Georg Pinzek, Verena Müller-Butzküben

Luisenstraße 16, 52477 Alsdorf

Leserservice:

Tel. 0241 / 5101-701

Fax 0241 / 5101-790

**Kundenservice Medienhaus vor Ort:**

Büro-Center W. Breuer (kein Ticketverkauf)

Rathausstraße 34, 52477 Alsdorf

Öffnungszeiten:

Mo. bis Do. 9.00 bis 13.00 Uhr,

14.30 bis 18.00 Uhr,

Fr. 9.00 bis 18.00 Uhr

Büro-Center W. Breuer (kein Ticketverkauf)

Kleikstraße 37, 52134 Herzogenrath

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 9.00 bis 13.00 Uhr,

14.30 bis 18.30 Uhr,

Sa. 9.00 bis 14.00 Uhr

Zeitungsverlag Aachen, Verlagsgebäude

(mit Ticketverkauf)

Dresdener Straße 3, 52068 Aachen

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr,

Fr. 8.00 bis 17.00 Uhr,

Sa. 9.00 bis 14.00 Uhr