

Oregano für Bienen und Mensch

In meinem Kräutergarten darf der Oregano oder Echte Dost (*Origanum vulgare*), im Volksmund auch «Wohlgemut» oder «Bergfreude» genannt, nicht fehlen. Ich verwende ihn allerdings nur selten als Gewürz; bei mir soll er hauptsächlich eine Nahrungsquelle für die Bienen abgeben.

FRIEDRIKE RICKENBACH, ZÜRICH (rike.rickenbach@weltderbienen.ch)

Die vielen rosaroten Blüten, die in kugeligen Scheinrispen von Juli bis September zeitgleich mit dem Bohnenkraut blühen, erfreuen mich. Sie enthalten Nektar mit stattlichen 76 % Zuckergehalt. Ich habe längere Zeit mein Gewürzbeet beobachtet, die Bienen sind wirklich blütenstet, nie wechselte eine Biene vom Oregano (*Origanum vulgare*) zum Bohnenkraut (*Satureja montana*) oder umgekehrt, aber die Hummeln, Wildbienen und Falter fliegen emsig von hüben nach drüben.



FOTOS: FRIEDRIKE RICKENBACH

Mediterran und ausdauernd

Oregano ist eine krautige, ausdauernde Pflanze und ursprünglich im Mittelmeerraum beheimatet. Dort verbreitet sie sich gerne mit auslaufenden Wurzeln (Rhizome) über bergiges, sonniges Land, daher der volkstümliche Name «Bergfreude». Er kann eine Höhe bis maximal 70 cm erreichen. In der freien Natur sieht man oft rosa blühende, grössere Flächen mit Oregano bewachsen, wenn der sonnige, warme und kalkhaltige Boden die Grundbedingungen dazu bietet.

Das Ufer am Zürichseehafen Wollishofen wurde renaturiert. Hier macht sich der Oregano als mehrjährige Pflanze auf einem schönen Brachland breit in Gesellschaft mit Johanniskraut, Thymian und anderen Wildblumen.

Erst im Oktober bis November bilden sich die einen Millimeter grossen, braunen, länglichen, glatten und ovalen Samen – die als Nüsschen bezeichnet werden – in der Klausenfrucht aus. Eine Klausenfrucht zerfällt bei der Reifung durch Spaltung entlang von Scheidewänden in meistens einsamige Teilfrüchte. Verbreitet werden die Samen durch den Wind oder sie fallen als Selbststreuer auf den Boden. Es wurde beobachtet, dass Regenwürmer sie bevorzugt aufnehmen. Das lässt vermuten, dass

Regenwürmer auf diese Weise auch für die Verbreitung der Samen verantwortlich sind und mit der Ausscheidung des Kots für beste Keimbedingungen sorgen.

Zur Vermehrung wird ein Ausläufer abgestochen oder man gewinnt den Samen.

Verwendung als Gewürz

Seit dem dritten und vierten Jahrhundert nach Christus kommt das aromatische, leicht süssliche Gewürz in vielen Speisen zur Anwendung. Bei Pasta, Pizza, Gemüse, Fleisch, Fisch, Ratatouille, Suppen, Omeletten und Saucen harmonisiert es mit Thymian- und Rosmarinbeigaben aufs Köstlichste. Aber auch in Saucen gibt der Oregano zusammen mit Thymian und Basilikum Salatgerichten einen südländischen Kick. Beim Kochen verstärkt sich allerdings sein Aroma

und entwickelt auch Bitterstoffe, sodass es immer auf die Dosierung ankommt. Getrockneter Oregano intensiviert sein Aroma mehr, als es das frische Kraut vermag.

Folgendes sollte beachtet werden: Obwohl Oregano mit dem Majoran verwandt ist, dürfen die beiden Kräuter nie in der gleichen Speise zur Anwendung kommen, weil die geschmacklich zu ähnlichen Gewürze nicht gut zusammenpassen.

Medizinische Anwendung

Als Heilpflanze ist der Oregano bereits im ersten Jahrhundert nach Christus nachweislich als Appetitanreger und als Stimmungsaufheller nach den damaligen Sitten und Gebräuchen eingesetzt worden, daher kommt sein volkstümlicher Name «Wohlgemut».


Oregano enthält verschiedene Wirkstoffe: Die ätherischen Öle Thymol und

Der Oregano bietet Nektar an, der bis zu 76 % Zucker enthalten kann. Eine Saftdecke aus Haaren bildet einen Schutz. Die Blüten werden besonders gern von Honigbienen besucht.



Carvacrol, die entzündungshemmend in Atemwegen und Wunden wirken, und verdauungsfördernde Gerb- und Bitterstoffe. Frisches Kraut enthält zudem Vitamin C.

Heute verwendet man Oregano als Tee, Tinktur, in Hustentropfen und als Öl. Zur Anwendung kommt er bei Verdauungsbeschwerden, Frauenleiden, Erkrankungen der oberen Atemwege und bei der Wundbehandlung.

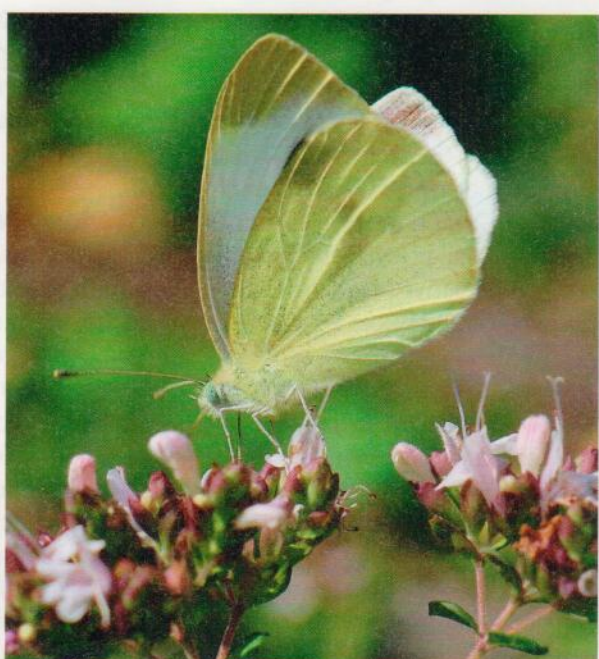
Oregano ist dank seiner Winterhärte, seiner schönen Blüten und Anspruchslosigkeit eine Bereicherung in jeder Gartenkräuterecke für Mensch und Insekten. 

Quellen

1. <https://de.wikipedia.org/wiki/Oregano>



Der Oregano (*Oreganum vulgare*) als Gewürz darf im Kräutergarten nicht fehlen.



Neben den Honigbienen (obere Reihe) stellen sich auch zahlreiche Schmetterlingsarten wie der Braune Waldvogel (*Aphantopus hyperantus*) und der Rapsweissling (*Pieris napi*) (untere Reihe von links nach rechts) auf dem Oregano ein.