

Zum Beispiel durch **ganz Deutschland** reisen.

Mittelbayerische

GEMEINDEN

Mittwoch, 29. April 2015

REISE

Mediterrane Kräuterfülle auf Kreta

13 Damen und ein Herr erkundeten auf der Insel was alles wächst und ließen sich die kulinarischen Köstlichkeiten munden.

Von Karin Einsle

24. April 2015 09:38 Uhr



Die Besucher aus Train, hier auf dem Rückweg von der geschlossenen Zeus-Höhle. Fotos: Einsle

TRAIN. Mit 14 weiteren kräuterbegeisterten Damen und einem Herren ging es vor kurzem mit Michaela Schlosser samt Familie in die Berge von Kreta, genauer gesagt in den Südosten, nahe der Stadt Ierapetra. Während man den Ankunftstag noch ein wenig ruhiger angehen ließ und erst mal das Hotel bezogen wurde, waren die Teilnehmer am zweiten Tag gleich unterwegs, um die verschiedenen Kräuter und Pflanzen zu erkunden.

Der Weg führte am Kloster Moni Kapsa vorbei, zur Eremitenhöhle St. Joseph. Dort entdeckte man auch die erste Alraune. Da die Wurzel der Pflanze einer Menschengestalt ähnelt, galt sie als Zauberpflanze des Altertums und des Mittelalters. Sie ist stark giftig und führt zu gefährlichen Rauschzuständen, die sogar tödlich enden können.

Nach einem leckeren Mittagessen in einer der vielen kleinen Tavernen wurde die Schlucht „Pervolakia“ erkundet. Auch hier gab es allerhand zu entdecken, zu sammeln und zu fotografieren. Abends wurde in einem Workshop ein Handpeeling erstellt. Mit zwei Esslöffel Sahne und Zucker sowie frischen Lavendel und Lavendelöl wurde die Rubbelcreme hergestellt und in die Hände einmassiert, Ergebnis: streichelzarte Hände.

Der zweite Tag erwartete die Besucher aus Niederbayern leider mit ein wenig Regen. Auf dem Programm stand „wilden Spargel ernten“. Dazu ging es mit den wendigen Leih-Jeeps auf die Chandras Hochebene. Unter Windrädern schnitt man den Spargel, der unter den Olivenbäumen wächst. Dass die Taverne, die man mittags besuchte, einen kleinen Holzofen hatte, der munter vor sich hinbrannte, freute alle sehr. Auf dem Rückweg besichtigte man noch das mittelalterliche Dorf Etia, das längst verlassen worden ist und von der Natur in Besitz genommen



wurde. Der abendliche Workshop drehte sich um die Schönheit, es wurde ein Haarschampoo aus Zitrosenessenz und ein Lippenbalsam mit Honig erstellt.

Tags drauf ging es auf den höchsten Berg von Ostkreta, Afendis Christos. Dort wollte man Golddisteln sammeln – jedoch auch nach intensiven Suchen, über den Wolken von Kreta fand sich keine einzige. Deshalb schwenkte man auf die stachelige Mariendistel um und deckte sich ordentlich ein. Am Nachmittag wagten sich einige ganz mutige Damen gemeinsam mit Schlossers Lebensgefährten in eine Höhle nahe dem Dorf Pefki. Zu sehen (mit der Taschenlampe, da die Höhle unbeleuchtet ist) bekam man Stalaktiten und Stalagmiten. Nach einem delikaten Abendessen fertigte man noch eine kretische Heilsalbe mit Diktamus sowie eine Erkältungssalbe.

Ein wahres Schmankerl erwartete die Gruppe am folgenden Tag: Hoch ging es, sehr hoch in den letzten „Ur“-Wald Kretas in Selakarno. Der Einheimische „Giorgos“ führte die Besucher in sein „zweites Wohnzimmer“. Während über ihnen ein Steinadler kreiste, erzählte er, dass man hier oben Vulkansteine gefunden habe, und das, obwohl Kreta keinen Vulkan hat. Weiter zeigte er eine Quelle, aus der das Trinkwasser des Orts stammt.

Am folgenden Tag konnten die Teilnehmer sich mit Naturkosmetik eindecken. Die Kultur kam auch nicht zu kurz, man besichtigte die wohl bekanntesten Kathedrale von Kreta „Panagia Kera“. Und auch ein riesiger Olivenbaum, oben in den Bergen, war eine Besuchsziel.

Der Samstag und damit vorletzte Tag war Markttag, zuerst ging es in eine Gärtnerei, bei der man prima örtliche Pflanzen einkaufen konnte, weiter an den Hafen zum Fische kaufen. Malerisch waren die kleinen Boote und zum Glück war Andreas, der Hotelbesitzer, auch vor Ort, so dass der die bunten Fische mitnahm und so die Gruppe weiter über den Basar und so manches hübsches Accessoire erstehen konnte. Michaela Schlosser hingegen kaufte Zubehör fürs Abendessen, zum Beispiel die Zwiebeln von Traubenhyazinthen, die sauer eingelegt werden.

Das Festmahl bereitete die Gruppe größtenteils selbst in Maros Küche zu, der Fisch wurde geschruppt, ausgenommen und gebraten, die mitgebrachten Disteln von den Stacheln befreit und in kochendem Öl herausgebacken, Artischocken wurden gekocht, Zucchini Blüten gefüllt. Es war ein wahres Fest – und leider auch das Abschlussessen. Tags drauf hieß es „Abschied nehmen“. Alle selbst erstellten Salben, Öle, Sirup, Tinkturen wurden eingepackt. Schlosser hatte für die Teilnehmer noch den Buchautor Antonis Albertis aus Heraklion hergeholt, der auf der Lasithi Hochebene die wildwachsenden Orchideen zeigte. Mit einem delikaten Essen in einer lauschigen Taverne endete die Kräuterreise in Kreta.

Rezept Kosmetik und Kulinaria

Honigbalsam für die Lippen:

100 ml Olivenöl, 35g Bienenwachs, 35g Kakaobutter, 20 Tropfen ätherisches Öl, 2 EL Honig. Öl und Wachs erwärmen und schmelzen, dann Kakaobutter dazugeben, auflösen, rühren, Honig und ätherisches Öl einrühren, in Hülsen abfüllen

Basilikumzucker:

(lecker zu frischen Erdbeeren) 200 Gramm brauner Zucker, 1 Handvoll Basilikumblätter, etwas Bio-Zitronenschale geraspelt vermischen, 1 Stunde im Ofen bei 40 Grad trocknen. (dek)

Kommentare (0)

[Unsere Community Regeln](#)

Bitte melden Sie sich an um zu kommentieren

[Anmelden](#) | [Registrieren](#)

noch 700 Zeichen

VERÖFFENTLICHEN



MENSCHEN
Helferkreis Integration
kommt zusammen

POLIZEI
24 Haustiere im Wald
ausgesetzt

