

Juni 2020

Der Kalender verkündet den Sommer. Corona- und Wetterbedingt bin ich jedoch noch nicht mal richtig im Frühling angekommen, da werde ich von der Natur schon wieder gemahnt wie kurz die Gartensaison ist.

Die Sonnenwende Ende Juni sagt uns, dass die Hälfte des Jahres schon vorüber ist und die Tage unaufhaltsam kürzer werden. Außerdem endet offiziell die Spargelsaison. Fast schon ein Grund für eine kleine Sommerdepression. Um den Johannistag am 24. Juni ist der jährliche Zuwachs der Gehölze zum Großteil beendet und damit ein guter Zeitpunkt für den Sommerschnitt an Obstgehölzen oder Hecken.

Langsam beginnt die Erntesaison. Besonders eine Heilpflanze, das Johanniskraut, sollte während der Blütezeit in diesem Monat geerntet werden.



Man erkennt das „echte“ Johanniskraut an seinen Blättern. Wenn man ein Blatt der Pflanze gegen das Licht hält sieht es aus, als ob es jemand mit einer Nadel durchlöchert hätte. Der botanische Name *Hypericum perforatum* deutet

daraufhin. Beim Zerreiben der Blüten färben sich die Finger lila rot. Auch das ist ein Erkennungsmerkmal.



Blüten und auch Blätter können nach dem Sammeln in Öl eingelegt werden und auf einer sonnigen Fensterbank entsteht in etwa 3 Wochen ein wertvolles rotes Öl, das besonders bei Prellungen zum Einsatz kommt. Getrocknet als Tee oder in Dragees aus der Apotheke, kann man das Johanniskraut auch als mildes Antidepressivum verwenden. Aber Vorsicht durch das Johanniskraut wird die Lichtempfindlichkeit der Haut stark herabgesetzt und es drohen starke Sonnenbrände. Also nur in den Wintermonaten verwenden. Auch die Wirkung der Antibabypille kann durch Johanniskraut aufgehoben werden.

Ich mag das Johanniskraut zwischen den Stauden. Es blüht reichlich und ernährt so viele Insekten. Die Samen sorgen für viele Nachkommen, die überall im Beet auftauchen und so Lücken füllen. Da sich keine langlebigen Bestände bilden wird es niemals lästig.

So wünsch ich euch sonnige Sommertage und laue Sommerabende.

Servus eure

Gitti