

Die Verveine hat lanzenförmige Blätter, die einen herrlichen Duft verbreiten: „Er zaubert den Leuten ein Lächeln ins Gesicht“, schwärmt Gabriele Stoll

Das Gute-Laune-Kraut

Die Verveine ist ein Alleskönner: Sie regt die Verdauung an, wiegt uns in den Schlaf, hilft gegen Stress und hebt die Stimmung. Gabriele Stoll baut das „duftende Eisenkraut“ in der Ortenau an, vertreibt köstliche Tees, Essige – und ein Buch mit tollen Rezepten

Die Hand streift leicht über die lanzenförmigen Blätter des gut mannshohen Strauchs – und sofort erfüllt ein frischer, zitroniger Duft die Luft. Die aus Südamerika stammende Verveine, auf Deutsch Zitronenverbene oder „duftendes Eisenkraut“, hat zahllose Verehrer in der ganzen Welt und ist ein wahrer Tausendsassa. Agrarbiologin Gabriele Stoll aus Hohberg bei Offenburg hat sich ganz der Verveine verschrieben und sie zum Mittelpunkt ihres Berufslebens gemacht.

Egal, ob Zufall oder gewollt: Gabriele Stolls gelbgrünes Oberteil hat genau die Farbe des Verveinetees, der so herrlich zitronig schmeckt. „Der Duft des Verveinetees zaubert den Leuten ein Lächeln ins Gesicht, das kann ich immer wieder beobachten. Mich beflügelt er, er erfrischt und beruhigt zugleich“, sagt sie. Die Verveine ist eine Alleskönnerin: In Frankreich wird sie traditionell nach dem Essen getrunken – als Verdauungsanreger. Die Schweizer hingegen schwören auf die



FOTOS: Gabriele Henmcke


Nach dem Pflücken werden die großen Blätter zu Tee getrocknet, die kleinen zu Würzölen verarbeitet

beruhigende Wirkung des Tees und trinken ihn gern vor dem Schlafengehen.

Als Gabriele Stoll 2003 bei ihrem Elternhaus in Hohberg einen 2000 Quadratmeter großen Kräuter- und Skulpturengarten anlegte, pflanzte sie dort auch Verveine neben anderen Kräutern mit Zitronenduft wie Zitronenthymian, Zitronengras und Zitronenmelisse. „Die Zitronenverbene ließ mich nicht mehr los. Sie löste bei mir den Wunsch aus, mich intensiver mit ihr zu beschäftigen“, verrät sie. Und das tat die promovierte Agrarbiologin, die über 20 Jahre lang in der Entwicklungshilfe gearbeitet und dabei erforscht hatte, wie Pflanzenwirkstoffe als biologischer Pflanzenschutz funktionieren. Ihr

wurde deutlich, welch großes Potenzial die aus Südamerika stammende Zitronenverbene (*Aloysia triphylla*) vor allem als Tee hat. Der Tee der nicht duftenden Heilpflanze Eisenkraut (*Verbena officinalis*) hingegen schmeckt leicht bitter.

Im Jahr darauf pflanzte sie 100 weitere Verveinesträucher, die sie aus Stecklingen gezogen hatte. Sie wollte den Besuchern ihres Gartens ein intensives Dufterlebnis vermitteln. Gabriele Stoll begann, die Blätter zu trocknen und als Ganzblattee auf dem Offenburger Markt zu verkaufen. Parallel dazu unternahm sie Anbau- und Sortenversuche und begann, ihr eigenes Unternehmen aufzubauen, das sie



Wunderschön sind die zarten, weiß-lilafarbenen Blüten, die im Juli/August in langen Rispen stehen. Doch in der Küche finden nur die Blätter Verwendung, die noch viel intensiver duften

„Gourveine“ nennt. „Damals war ich Mitte 50 und ich sagte mir, warum nicht was Neues aufmachen. Ich bin jemand, der immer wieder irgendwo neu angefangen hat“, erinnert sich die heute 65-Jährige. Überhaupt habe sie sich im Alter von 55 Jahren für zeitlos erklärt, sie wolle kein Rentnerleben führen, sondern tätig sein, solange es gehe, und die Verveineproduktion in den kommenden Jahren deutlich ausweiten.

Von Tee über Gelee bis zu Würzölen

Mitte Oktober ist Erntezeit. Auf zwei Flächen bei Appenweier-Urlaffen in der Ortenau lässt Stoll von einem Demeter-Landwirt Verveine genau nach ihren Vorgaben anbauen. Als Profianbauer züchtet sie jedes Jahr Jungpflanzen der mehrjährigen Pflanze. Die Zitronenverbene benötigt einen durchlässigen Boden, verträgt keine Staunässe und ist ziemlich anspruchsvoll, was Wasserversorgung und Düngung angeht, erläutert Stoll. Aus den Jungpflanzen sind über den Sommer große Sträucher mit zahllosen Stängeln geworden. Vier rumänische Erntehelferinnen unterstützen Gabriele Stoll bei der Ernte. Neben dem Verveinefeld steht ein großer Klapptisch, auf dem die geschnittenen Stängel abgelegt werden. Die Frauen streifen mit der Hand entlang des Stängels von oben nach unten, damit sich die Blätter ablösen. Gabriele Stoll zeigt, wie die Blätter in der Hand ein Büschel bilden. „Die Blätter sind voller ätherischer

Öle, deshalb ist es wichtig, sie möglichst wenig anzufassen“, erklärt sie. Die Pflückerinnen sortieren die Blätter nach Größe in zwei Qualitätsstufen: Teequalität und Verarbeitungsqualität. Die großen Blätter werden in einem Gewächshaus zu Tee getrocknet, die kleinen werden zu Würzölen verarbeitet.

Im Laufe der Jahre hat sich Gabriele Stoll auch mit Verveine als Küchenkraut beschäftigt, selbst vieles ausprobiert, Gelee gekocht, Essig aromatisiert und Verveinelikör hergestellt, außerdem Spitzenköche und Ernährungswissenschaftler gebeten, spezielle Verveinerezepte zu entwickeln. Den Sternekoch Vincent Klink aus Stuttgart traf Gabriele Stoll auf einer Gourmetmesse. Er lud sie in seine Kochsendung beim SWR ein und präsentierte dort ein Meeresfrüchte-Menü mit Verveine.

In Stolls Buch „La Verveine – Diva, Glückstee und Gewürzwunder“ präsentieren Köche ihre Verveinerezepte. Das Gewürzwunder ist vielfältig einsetzbar, es aromatisiert den Aperitif genauso wie Vorspeisen, Hauptgerichte und Desserts. Dank aufwendiger Handarbeit erzeugt Gabriele Stoll vorwiegend ganze und große Blätter, die einen Tee bester Qualität ergeben. „Der Unterschied zwischen meinem Ganzblatt-Verveine-Tee und herkömmlichen Tees, deren Blätter oft gebrochen sind, ist riesig. Von Teebeuteln brauchen wir gar nicht erst zu reden“, sagt die Teeanbauerin selbstbewusst. „Der Ganzblattee riecht angenehm zitronig und aromatisch und schmeckt auch so. Schonend getrocknet und abgefüllt in Zellophantüten, bleiben die ätherischen Öle über Monate erhalten.“ Auch wenn er länger steht, wird der Tee nicht bitter, versichert Stoll. „Ich bin mir ganz sicher – und viele Aussagen von Teetrinkern bestätigen –, dass mein Verveinetee stimmungsaufhellend



und ausgleichend bei Dauerstress wirkt. Der Duft geht direkt ins Gehirn und beeinflusst das zentrale Nervensystem“, erzählt sie. Um die besondere Wirkung der Zitronenverbene aufs Gehirn auch wissenschaftlich zu erforschen, ist Stoll eine Forschungs Kooperation mit einem Neurowissenschaftler aus Tübingen eingegangen. Und noch etwas erfuhr die Agrarwissenschaftlerin, als sie auf einer Fachmesse mit einem zypriotischen Kräuterteehändler ins Gespräch kam: In Zypern und Griechenland ist Verveine seit Langem als Abnehmtee und als Unterstützung beim Entschlacken und Entgiften bekannt. „Verveinetees passt aufgrund seiner basischen, harntreibenden, Leber unterstützenden und Fettstoffwechsel optimierenden Wirkungen sehr gut in eine Detox-Kur. Aber auch die mächtige Ausstattung mit Antioxidantien qualifiziert Verveine als Neutralisiererin von freien Radikalen“, beschreibt Gabriele Stoll die Wirkung ihres pflanzlichen Tausendsassas. Und dann verrät sie noch ihr Sonntagmorgenritual: Sie legt schöne Musik auf, brüht einen Verveinetees auf und befeuchtet ein kleines Frotteehandtuch mit der Flüssigkeit. Sie legt sich das Tuch aufs Gesicht und lässt die vergangene Woche Revue passieren. Nach 15 Minuten fühlt sie sich wie neugeboren. „Ein perfekter Start in einen schönen Sonntag und eine neue Woche“, empfiehlt sie.

GABRIELE HENNICKE

KONTAKT Gourveine, Alte Landstraße 23, 77749 Hohberg,
Telefon: 078 08/91 11 69, www.gourveine.org



Die Blätter für die Tees werden schonend in einem Gewächshaus getrocknet



VERVEINETEE ZUBEREITEN:

Nehmen Sie zwei bis vier große Blätter für eine große Teetasse oder zehn bis 15 Blätter für eine 1-Liter-Teekanne. Mit kochendem Wasser übergießen und drei Minuten ziehen lassen. Die Teeblätter können in der Tasse bleiben, der Tee wird nicht bitter.

SCHMECKT AUCH KALT LECKER:

Mit ca. 30 Blättern einen Liter kräftigen Verveinetees zubereiten, eine halbe Stunde ziehen lassen. Danach abseihen, zwei bis drei Scheiben Bio-Zitrone hinzufügen, erkalten lassen. Nach Wunsch zwei bis drei Eiswürfel ins Glas geben, den kalten Verveinetees darübergießen.

VERVEINE-ROSMARIN-ORANGE-GRAPEFRUIT-DRINK:

Bereiten Sie einen Liter kräftigen Verveinetees zu (siehe oben) und fügen Sie ihm einen kleinen Zweig Rosmarin bei (eine Dosis Rosmarin regt den Kreislauf an). Mischen Sie je einen 1/4 Liter Orangen- und Grapefruitsaft zum erkalteten Verveinetees und gießen Sie dieses Gemisch mit einem guten Schuss Mineralwasser mit Kohlensäure auf. Wer möchte, gibt Eiswürfel dazu.



„Die Zitronenverbene ließ mich nicht mehr los“, erzählt Gabriele Stoll, die für ihr Rezeptbuch auch mit Spitzenköchen zusammengearbeitet hat

FOTOS: Gabriele Hennicke (3), mauritius images/Geo-grafika/Alamy, Fotolia