

Almindelig agermåne, agermønje, agermonie

(*Agrimonia eupatoria*)

En flerårig urt 30-80 cm høj urt. Den har en rank stængel med små gule blomster i en akseformet klase.

Agermåne findes ved vejkanter og overdrev. Den er almindelig udbredt i Danmark. Agermåne er behåret over det hele. Bladene er fjersnitdelte.

Bladafsnittets størrelse veksler langs bladet, hvilket er karakteristisk for rosenfamilien.

Underbægeret er besat med hagebørster, som ved modningen bliver kraftigere og nemt sætter sig fast i de forbigående tøj og dyrenes uld. Agermåne dufter svagt af citron.

Kig efter den på solrige steder. Især ved engarealer og ved gærder.

Årstiden er juli-august.

Fremgangsmåde

De blomstrende aks plukkes og tørres et par døgn.

Herefter kommer de tørrede aks i en flaske, overhældes med snaps og trækker i ca. 1 uge. Derefter filtreres essensen. Det kan anbefales, at agermåne essensen trækker nogen tid.

Fortyndes efter smag.

Folkemedicinsk brug

Brugen af agermåne som lægeurt går formodentlig tilbage til vikingetiden. Man har fundet dens frugter i Osebergskibet.

Agermåne anvendtes først og fremmest ved forskellige lever- og galdesygdomme, samt betændelse i urinvejene. Udvotes blev den anvendt i gurglevand mod betændelse i mund- og svælgslimhinderne. Agermåne omslag blev også brugt mod sår og andre hudskader. Derudover blev agermåne anvendt mod slangebider, ledsmerter, åreknuder og forkølelse.

Harpestreng: Agermåne er en god og nyttig urt. Hvis den bliver kogt med eddike og drukket varm om morgenen, borttager den alle blegner inde i legemet.

Hvis den bliver kogt med vand og hovedet derefter bliver vasket om morgenen, udvider den al skab og urenhed. Kogt med vand og drukket mildner og letter den brystets smerte.

Henrik Smid: Kogt i vin helbreder den tarmvrid og leversygdom. Den grønne urt hjælper til at få et lem der er gået af led til at komme på plads igen.



Alant (læge-) - elenerod - halsrod - St. Helensurt

(*Inula helenium*)

Alant er en flerårig 1-2 høj urt med store kurveblomster og tyk furet stængel. Planten har store brede, ovale, siddende savtakkede blade, der er filtrede på indersiden. Ved foden af planten er der en roset af langstilkede blade.

Planten blomstrer juni-august. De flotte gule blomster sidder i meget store langstilkede kurve og ligner en forpjusket solsikke.

Pointen ved lægealant er stængelen og rødderne. Den brune aromatiske Jordstængel er meget stor, saftig og forgrenet.

Alant optræder i stort antal visse steder. Den er oprindeligt dyrket og findes oftest på fugtige, skyggefulde områder. Og så gror den i min have - flot og pragende.

Årstid: Hele året, bedst forår/efterår

Fremgangsmåde

Roden. Anvend den kødfulde, undertiden ret store rod renses og skæres i skiver, der kan tørres.

Trækketid: 1-2 uger. Essensen er gylden og har en skarp - efter nogens mening vammel - sammensnerpende smag som cedertræ.

Folkemedicinsk brug

Lægealant er en ældgammel lægeplante tilbage til antikken. Det var hovedsageligt roden, der har været anvendt.

Roden bruges mod kighoste, som pest- og ormemiddel. Den skulle være urindrivende, udstøde dødt foster og modvirke forstoppelse.

Den knuste rod blev brugt i omslag ved lårsmertes, spist med honning lindrer den mod hoste. Den har også været brugt mod astma, halssygdomme, og meget andet.

Om lægealanten er der sagt, at den "bevarer fysisk tiltrækningskraft, og holder vore kvinders teint uskadt, både i ansigtet og på resten af kroppen". Det er også sagt, kvinderne, ved at bruge den, opnår en slags tiltrækningskraft og sexappel. Henrik Harpestræng var af en noget anden opfattelse. Han mente, at hvis når lægealanten bliver spist "beroliger og stiller den kødets lyst". (Hortulanus, s. 98)

I det hele taget har planten været meget anvendt både udvortes og indvortes. Endda røgen kunne fordrive lus og lopper.

I dag anvendes lægealant i medicinalindustrien. Roden af lægealant indeholder en æsterisk olie, hvis hovedbestanddel er den bakterie dræbende alantolacton (alant-kamper). Roden indeholder også op til 40% polysakkeridet Inulun, der kan erstatte sukker i diabetikers mad.

Andet

Det latinske betegnelse 'helenium' hentyder til den legende Plinius refererer om at "Helenium hævdes at have spiret frem fra gudinden Helena's tårer". En af de andre fortællinger, om hvordan planten har fået navnet 'Helenium' er, at efter Helena (Menelaus' hustru), havde favnen fuld af alant, da hun blev bortført til Phrygien af Paris (Hortulanus, s. 98).



Bakkenellike

(*Dianthus deltooides*)

Bakkenellike har 15-30 cm høje, fåblomstrede stængler og smalle blade.

Det er en vild- og stenbedsplante med mørkerøde blomster, men den findes også i flere sorter med hvide, mørkerosa og purpurrosa blomster.

Bakkenellikens kronbladene er mørkerøde med hvide prikker og mørkere ved grunden.

Sammen danner de mørke pletter en kreds omkring blomsterbunden, hvor nektarrummet er så dybt, at kun sommerfuglens lange snabel kan nå derved.

Kronbladene har en takket rand.

Bakkenellikens har spæde blomster, der sidder i enden af de 15-30 cm høje stilke, der skyder op fra løse bladtuer. Den ses overalt i Danmark på tørre marker og bakker.

Blomster juni - september

Fremgangsmåde

Anvend de udsprungne blomster.

Blomsterne plukkes og frigøres fra de grønne bægerblade og kommes på flaske (det er vigtigt, at hele blomsterbunden, som gemmer en fin aromatisk honning, følger med), hvori de dækkes med alkohol og trækker ca. 3 døgn.

Essensen filtreres fra og kan fortyndet bruges med det samme, men essensen vinder ved lagring.

Andet

Bakkenelliken, som ikke må forveksles med kryddernellike, blev dyrket i klosterhaver..



Bukkeblad - Bitterkløver

(*Menyanthes trifoliata*)

Bukkeblad er en kraftig sumpplante, der har meterlange, krybende stængler og 3-koblede blade på oprette stilke med kløverlignende blade.

Hvide blomster sidder i opret klase på 10-40 cm høje skafter.

Kronerne er røde på ydersiden, men hvide og frynsede indeni.

Bukkeblad bestøves af humlebier, som er kraftige nok til at trænge frynserne i blomstersvælgel til side og gå ned til nektaren.

Gror langs åer og bække, ved kildevæld - altid på fugtige steder.

Det formodes at bladenes bitre smag, som særligt gedebukke kan lide, har givet den navn. På grund af dens blades form kaldes den også bitterkløver.

Blomstrer maj-juni.

Årstid: Maj, juni blomster, bladene kan anvendes hele året.

Fremgangsmåde

Anvend de blomstrende skud eller de grønne blade (mere bitre). Trækketid: 3-4 dage

Folkemedicinsk brug

Udtræk af tørrede blade anvendes som mavestyrkende middel. Bukkeblad har med øvarierende succes været brugt par århundreder. Specielt har den i tidligere tid været brugt mod skørbug, udvendig ved afvaskning af skørbugssår, som derefter dækkedes med kogte eller friske blade.

Bukkeblad har været anset som virksom mod kræft og er af kvaksalvere og plattenslagere blevet solgt som sådan op til i dag.

Bladenes indhold af bitterstof indgår i mange præparater, som særligt er blevet brugt mod mavebesvær. Som blodrensende middel og mod gigt har man af dens tørrede blade lavet te, mens dens tykke rod under misvækst er blevet malet som brødkorn.

Andet

Bladene har været anvendt som tobakserstatning.

Bukkeblad har også været anvendt som krydderi i øl.



Gul snerre - Jomfru Marias sengehalm - Mækeløbeurt - Vor Frues sengehalm

Galium vérum)

Gul snerre er en 10-60 cm høj plante med oftest 8-tallige kranse af smalle blade med tilbagerullet rand. Den har små gule blomster, som er samlet i duske i plantens tætblomstrende top. På afstand minder en koloni af gul snerre om et gult tæppe. Planten er almindelig på tør og solåben græsklædt bund, langs vejkanter, på sandede strandmarker og i klitter. Gul snerre udsender en krydret honningagtig duft, da den indeholder kumarin. Duften mærkes særlig lige før regn. Denne guddommelige plante blomster juni - august.

Fremgangsmåde

Anvend blomsterne, bedst i knopstadiet lige før udspring. De kan tørres til senere brug men ikke fryses. Blomsterne puttes i en flaske, hvor de overhældes med snaps. Herefter trækker den i 1 - 2 døgn og ikke længere. Efter filtrering bør den fortyndes. Den vinder ved lagring, idet dens karakteristiske smag først kommer frem efter lang tids lagring.

Folkemedicinsk brug

Gul snerre er virksom mod hudlidelser samt mave og tarmkatar og som sveddrivende middel. Den har været anvendt som sårmiddel og som virksom middel mod hugormegift og andre forgiftninger. Virker mod gigt, krampe, stendannelser i nyrerne og mildner epilepsi.

Andet

Gul snerre kaldes også Jomfru Marias sengehalm, da man troede at Jomfru Maria havde plukket den som sengehalm til Jesusbarnet i krybben på grund af blomsternes blødhed.

Før kristendommen regnedes blomsten for hellig og viet gudinden Freja, der er kærlighedens, ægteskabets og hjemmets gudinde, og derfor blev blomsten lagt i sengen under fødende kvinder.

Gennem tiderne er den også lagt i sengens halm eller fodende, for at fordrive lopper. Gul Snerre også været brugt til at hænge op i stuer. Dels som pynt, da dens gule farve holder sig som evighedsblomst. Dels som duftkilde, p.g.a. dens krydrede duft.

Børns skab og fant blev badet med afkog af gul snerre.

Tidligere blev den anvendt til at krydre øl med. Planten indeholder et enzym, der får mælk til at løbe sammen. Det latinske vérum betyder mækeløbeurt.

Roden er blevet brugt til at farve linned kraprødt og blomstertoppen til at farve gult og olivengrønt med.



Birk

(*Betula*)

Almindeligt kendte træer, der har knopper med taglagte knopskæl og lagdelt, hvid kork. Hanraklen er altid fremme året før blomstringen, og inden for hvert raklesæt findes tre blomster med 2-bladet bloster og 2 støvdragere. Hos hunraklen støtter skællene 3 nøgne blomster. Frugten er en vingefrugt, der sammen med rakleskællene ved modenheden falder ved fra akslen.

Birkeslægten tæller i alt ca. 40 forskellige arter, hvoraf kun 3 er oprindeligt vildtvoksende her i landet. Birk var sammen med bævreasp den første skovdannende træer her i landet.

Fremgangsmåde:

De friske birkeskud, før de folder sig ud til blade. Det giver en fremragende lysegrøn bitter med en eminent smag

Dild

(*Anethum Graveolens*)

Dildplanten er enårig og er velkendt i de fleste køkkenhaver. Dild forekommer også forvildet. Har man ingen køkkenhave, kan den såmænd også dyrkes i vindueskarme og lignende.

Dild er tilhører skræmblomstfamilien. Den har gule skærme, men mangler svøb. Stænglen er trind og stringlet, mens bladene er fjer-snitdelte med trådformende afsnit.

Dild har en skrap aromatisk, let anisagtig smag.

Fremgangsmåde

Man tager en eller to friske dildplanter (ikke roden) og sætter dem i en flaske Brøndum. Den skal cirka trække et døgn og smager særdeles fremragende til en god sildemad.

Årstid: juni - august.

Folkemedicinsk brug

Dild modvirker luft i maven, fremmer fordøjelsen og bruges mod kolik. Dild er også god mod mangel af modermælk. Frøene kan tygges friske for at give en frisk ånde. Dildfrøene er også let søvndyssende for babyer. Et afkog af frøene skulle ligeledes afhjælpe søvnløshed. Ved fordøjelsesbesvær og dårlig appetit trækker 1 tsk dild i 1 kop kogende vand i 10 min. Tag to kopper dagligt

Andet

Dildfrø minder om *carcum carci* og kan derfor bruges til surkål og som ingrediens i brød.

En te af dildfrø er god mod hikke og opkastninger. Sammen med Anis, kamille og humleskud er dild behagelig søvndyssende. Det var måske en ide, at lave en snaps af de samme ingredienser.

Martsviol

(*Viola odorata*)

Marts-Violen er en 5-10 cm høj vellugtende blå plante. Den har vidt krybende udløbere og rosetter af rundagtige grundblade, i hvis hjørner de næsebo-venlige blåviolette blomster sidder på stilken. Vokser almindelig spredt men dyrkes også i haver.

Årstiden er april-maj

Fremgangsmåde

Lad blomsterne med bægerblade trække i snaps 2-5 dage. Filtrerer udtrækket og fortynd efter smag.

