

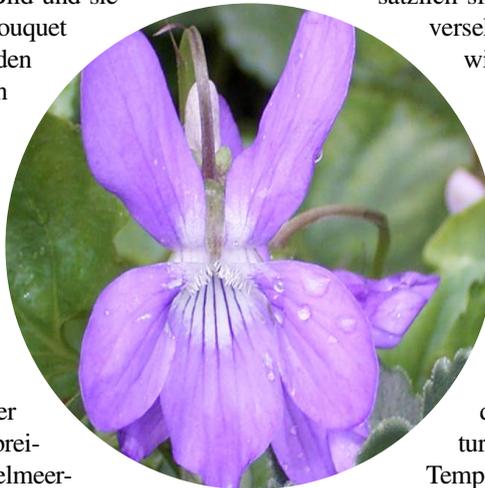
Wildkräuter & Wildpflanzen

Duftveilchen

(*Viola odorata*)

Wie das Gänseblümchen gehörte das Veilchen zu meinen Lieblingspflanzen in meiner Kindheit. Ich liebte es, meiner Mutter Sträußchen mit Veilchen zu pflücken, die verführerisch dufteten und in unserer kühlen Diele sehr lange ihre Schönheit zur Schau stellten. Wenn ich meiner Mutter einen Veilchenstrauß im Garten pflückte, so hatte ich die Idee, dass er am Ende so aussehen sollte, wie der Veilchenstrauß, der fälschlicherweise lange Zeit Albrecht Dürer angedichtet wurde. Unabhängig davon, wer dieses Aquarell gemalt hat, meine Mutter liebte das Bild und sie freute sich immer sehr, wenn sie ein Bouquet mit diesen duftenden Blümchen in den Händen hielt, das umrahmt war von den Blättern der Pflanze.

Das Duftveilchen mit der botanischen Bezeichnung *Viola odorata* ist die Namensgeberin einer ganzen Pflanzengattung, zu der rund 500 Arten gehören wie die Stiefmütterchen und Hornveilchen. Im Volksmund heißt es auch Märzveilchen, Schwalbenblume, Märzennägeli, oder wohlriechendes Veilchen. Sein Verbreitungsgebiet lag ursprünglich im Mittelmeergebiet bis hin zum Kaukasus. In Europa wurde es als Zier- und Gartenpflanze kultiviert, zuerst wohl im antiken Griechenland und ist seither bei uns eingebürgert. In unseren Breiten findet man das Veilchen häufig unter Hecken und Sträuchern im Halbschatten, verwildert auch am Waldrand und an Bachläufen. Das kleine unscheinbare Blümlein breitet sich durch Ausläufer aus und bildet so im Laufe der Zeit umfangreiche Teppiche. Die Pflanze erreicht im Normalfall eine Wuchshöhe von bis zu 10cm. Auf einem dünnen Stängel steht eine kleine fragile Blüte mit insgesamt fünf violetten Blütenblättern, von denen zwei nach oben zeigen und drei nach unten gerichtet sind. Die Blätter sind herzförmig, stehen auf



einem Stiel und sind am Rand leicht gesägt, sie wachsen aus einer Rosette. Die Wurzeln bilden Rhizome. Oberirdische Ausläufer neigen dazu, wieder zu verwurzeln. Die Blüten strömen einen süßen Duft aus, der sehr fein und spezifisch ist. Bei den Früchten handelt es sich um kleine Kapseln, die sich zur Reife mittels drei Klappen öffnen und die zahlreiche Samen enthalten. Die Kapseln platzen auf und schleudern die Samen in die Umgebung. Diese Technik sorgt dafür, dass sich die Pflanze verbreiten kann. Zusätzlich sind die Samen mit einem Elaiosom versehen, das von den Ameisen bevorzugt wird. Die Tiere schleppen die Samen in ihren Bau, um die fett- und vitaminhaltigen Anhängsel an den Samen zu fressen. Nach dem Verzehr der Elaiosome werden die Samen wieder aus dem Bau befördert. Eine schlaue Technik der Natur, die Samen von bestimmten Pflanzen verbreiten zu helfen.

Eine Besonderheit der Veilchen ist, dass sie sehr stark auf die Temperatur reagieren. So werden nur bei einer Temperatur von unter 10°C Blütenknospen gebildet. Über 10°C findet eine Art Selbstbestäubung von speziellen Blütenknospen statt, die sich nicht öffnen. Man nennt diese Art der Fortpflanzung Kleistogamie (von griechisch *kleistos* = geschlossen).

Der botanische Name der Pflanze geht auf griechisch *ion* zurück. *Viola* ist die Verkleinerungsform von *ion*. Bei der Gründung von Athen sollen ionische Nymphen diese Blumen dem Stammvater der Ionier überreicht haben. Die Bezeichnung *odorata* = duftend bezieht sich auf den Duft der Blüten. Der deutsche Name Veilchen hat einen direkten Bezug zur wissenschaftlichen Bezeichnung.



Medizinisch finden Blüten, Blätter und die Wurzeln der Duftveilchen Verwendung. In der Antike schätzte man die Wirkung der Blüten gegen die Nebenwirkungen eines ausschweifenden Alkoholgenusses und man band schon mal einen Kranz von Veilchenblüten prophylaktisch um die Stirn bei Festen, um einem Kater vorzubeugen. *Pfarrer Kneipp* verhalf den Blüten der Pflanze wieder zu Ruhm, indem er sie gegen Husten und Bronchialkatarrh einsetzte. Er legte gequetschte Veilchenblätter auf Geschwüre auf und behandelte gichtige Gelenke mit Blättern, die in Essig gesotten wurden. Ein Tee aus Veilchenblüten hilft gegen Keuchhusten und starke Verschleimung. Als Gurgelmittel lindert der Tee Halsentzündungen. Auch bei rheumatischen Beschwerden ist der Tee wirksam. Auf die Haut aufgetragen wirkt der Tee lindernd bei Hautkrankheiten und Hautausschlägen. Aufgelegte Blätter des Duftveilchens sollen rheumatische Beschwerden am Handgelenk lindern. Die Wurzeln wirken abführend. Bei der getrockneten Veilchenwurzel, die gerne zahnenden Kindern zum Draufbeißen gegeben wird, handelt es sich – auch wenn es der Name suggeriert – nicht um die Wurzel des wohlriechenden Veilchens sondern es ist die Wurzel der Iris, einer Schwertlilienart.

Hildegard von Bingen verordnete Veilchenwein gegen Melancholie und Verdruss – heute bezeichnet man diese Zustände allgemein mit Depressionen. Die Veilchen-Salbe setzte sie ein gegen Kopfschmerzen und Geschwüre, selbst bei Krebs wandte sie die Salbe an. Sogar Schuppenflechte, Akne, Hornhaut und Warzen behandelte sie damit und für eine schöne Narbenbildung ist sie auch gut. Veilchenöl verordnete sie äußerlich bei Augenentzündungen und Trüb-sichtigkeit oder – wie sie es nannte – Augenverdunkelung. Die Homöopathie bedient sich der *Viola odorata* bei Oh-

renschmerzen, Keuchhusten und Augenleiden, auch gegen Bienenstiche ist das Mittel hilfreich.

Paracelsus wird das Zitat zugeschrieben: „Ein Tag im Frühling ohne Veilchenduft ist ein verlorener Tag.“

Die Inhaltsstoffe der Veilchen sind Salicylsäureverbindungen, Bitterstoffe, Schleimstoffe, ätherische Öle, Vitamin C, α -Jonon, das für den Duft verantwortlich zeichnet, Anthocyane, für die violette Farbe.

Das ätherische Öl aus den Blüten und Blättern der Duftveilchen ist ähnlich kostbar, wie das der Rosen, denn man benötigt in etwa 1 Tonne Blätter für einen Liter Öl. Dieses Öl ist heute immer noch der Grundstoff für das „Eau de violette“, das ganz ohne synthetische Bestandteile hergestellt wird und aus der Provence kommt.

Heute wird das Öl, das die Parfümindustrie verwendet, überwiegend synthetisch hergestellt oder aus den Wurzeln einer Iris-Art gewonnen. Das ist günstiger und weniger aufwändig.

In der Mythologie hat das Veilchen einen festen Platz.

So soll sich Vulkanus, der Gott des Feuers, mit Veilchen eingerieben haben, um Venus, die er hoffnungslos liebte, mit dem Duft zu betören und sie zu küssen.

Die Entstehung der Duftveilchen werden auch mythologisch erklärt. So flüchtete eine schöne Tochter von Atlas vor den Strahlen des Sonnengottes und bat Zeus um Unterstützung. Dieser verwandelte sie in ein Veilchen. So wächst es bis heute noch im Schatten des Waldes. In der griechischen Sage erblühen Veilchen unter Persephones Schritten, wenn sie aus der Unterwelt emporsteigt. In der Bretagne werden am Karfreitag Veilchen ausgesät, um den Frühling herbeizulocken. Im alten Griechenland war

das Veilchen die Blume der Liebe, auch heute verkündet ein Veilchenstrauß noch eine versteckte Liebesbotschaft. Laut einer alten Sage soll alle zehn Jahre die als Veilchen verzauberte Jungfrau von Tscherneborg in der Walpurgisnacht erblühen. Wer das Veilchen dann in dieser Nacht pflückt, erlöst die Jungfrau und mit ihr all die Schätze ihres Vaters. Eine weitere Legende berichtet, dass der Frühlingsbote an Orten wächst, wo Zwerge ihre Schätze verborgen haben. Ein alter Aberglaube sagt, dass man das ganze Jahr gesund bleibt, wenn man die Blüten der ersten drei Veilchen isst, die man im Freien findet.

In der Küche gibt es vielerlei Verwendungen für das Duftveilchen. Angefangen bei den Blüten in Eiswürfeln, dem Veilchenlikör, die Gründonnerstagsuppe, die in manchen Rezepten auch Veilchenblüten enthält, Salaten, die mit den Blüten dekoriert werden, über Veilchengelee und Veilchenmarmelade bis hin zu den berühmten kandierten Veilchenblüten. Ein weiteres geschmackliches Erlebnis sind die Veilchenpastillen, die früher noch aus dem natürlichen Duftstoff hergestellt wurden. Heutzutage enthalten sie leider nur noch ein synthetisches Aroma, wenn man sie überhaupt noch erhält.

Ausser zum Aromatisieren von Speisen kann man Veilchen auch zum Färben von Lebensmitteln verwenden.

Der Aromastoff α -Jonon wird in der Aromatherapie angewandt. Der Wirkstoff dämpft Aggressionen, fördert den Schlaf, beruhigt die Nerven und soll sogar überhöhten Blutdruck senken helfen. Zudem soll er in kritischen Situationen dafür sorgen, dass man einen klaren Kopf behält. Wie das Mädesüß wurden früher auch Veilchenblüten auf den Boden gestreut, um die Raumluft zu verbessern.

Das Veilchen wird oft und gerne gemalt und es gibt auch zahlreiche Gedichte über das kleine violette Blümchen.

In seinem Gedicht an den Frühling schrieb Eduard Mörike im Jahr 1829:

*Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte.
Süße wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon
Wollen balde kommen.
Horch von fern ein leiser Harfenton!
Frühling ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!*

Das Duftveilchen war die Lieblingpflanze Napoleons, nachdem ihm Josephine am Abend als sie sich kennen lernten ein Veilchensträußchen zugeworfen hatte. Er

schenkte seiner Frau jedes Jahr zum Hochzeitstag einen Veilchenstrauß und bei seinem Tod soll er 3 Veilchenblüten bei sich getragen haben.

Goethe trug immer Veilchensamen in der Tasche mit sich, und diese streute er bei seinen Spaziergängen in Weimar, um so die Welt zu verschönern.

Seit 1850 werden in der südfranzösischen Stadt Toulouse Veilchen gezüchtet. Jedes Jahr findet dort im Februar ein Fest zu Ehren des Veilchens statt, das Veilchenfest oder die „Fête de la Violette“. In den Geschäften der Stadt und an Ständen werden Duftwässer, Seifen und Sträuße, aber auch kulinarische Spezialitäten aus den Blüten der Blume angeboten.

Sogar in der Heraldik hat das Veilchen einen – wenn auch bescheidenen – Platz. Es ziert, meist in Dreiergruppen, die Wappen einzelner Familien, die oft auch einen Namen tragen, der Rückschlüsse auf die Blume zulässt. Im Wappen der kanadischen Provinz New Brunswick befinden sich auf dem Postament Veilchen. Es handelt sich dabei allerdings um *Viola cucullata* oder „Marsh Blue Violet“, eine Art aus Nordamerika, die Landesblume von New Brunswick.

Der Volksmund bedient sich des Veilchens bei einigen Redensarten. So hat mal ein *Veilchen*, wenn man ein blaues Auge durch einen Faustschlag bekommen hat, wer ein Glas Alkohol über den Durst getrunken hat, ist *blau wie ein Veilchen* und wenn eine Schönheit unbeachtet ist und wenig Aufmerksamkeit erhält, dann heißt es *sie blüht wie ein Veilchen im Verborgenen*.

Das Veilchen ist mehreren Planeten zugeordnet:

- **Venus**, wegen des betörenden Duftes
- **Neptun** als Oktave zur Venus und aufgrund der zarten Blüten
- **Saturn**, weil es gerne in halbschattigen und schattigen Lagen wächst.

Das Wesen der Pflanze ist ein Gleichgewicht der Polaritäten.

Veilchen stehen als Symbol für Frühling, Liebe Treue, aber auch für Demut und Bescheidenheit. Die beiden letzten Tugenden werden dem Duftveilchen wohl zu Unrecht angedichtet, denn die Pflanze ist sehr zäh und zielstrebig, was nicht gerade für Bescheidenheit spricht. Das Duftveilchen wurde im Jahr **2007** zur Heilpflanze des Jahres gekürt.

Marie-Luise Stettler



REZEPTE MIT VEILCHEN

Heilkunde und Kosmetik

Huile antique

Zutaten:

Gutes Öl (Sojaöl oder Mandelöl)

Veilchenblütenblüten (am besten frisch und bei schattigem Wetter gepflückt)

Zubereitung:

Man gibt die Veilchenblüten in ein Glas und übergießt sie mit dem Öl. Die Blüten sollten bedeckt sein. Diesen Ansatz lässt man nun etwa 3 Wochen bei Raumtemperatur ziehen. Das Glas sollte täglich einmal geschüttelt werden. Die Blüten werden abgeseibt und anschließend werden noch einmal Blüten für etwa 3 Wochen in das Öl gegeben und nach der gleichen Methode verfahren. Nach neuerlichem Absieben wird das gewonnene Öl kühl und dunkel gelagert.

* * *

Veilchenöl (nach Hildegard v. Bingen)

Zutaten:

250 ml kaltgepresstes Olivenöl

20 g zerkleinerte, getrocknete Veilchen

1 TL Rosenöl

Zubereitung:

Olivenöl, Veilchen und Rosenöl in ein Schraubdeckelglas geben und 3 Wochen an einen warmen und von der Sonne beschienenen Ort stellen. Täglich etwas bewegen.

* * *

Veilchenwein (nach Hildegard v. Bingen)

Zutaten:

15g Veilchenkraut

½l Weißwein

5g Galgantpulver

5g Süßholzpulver

Zubereitung:

Das Veilchenkraut wird mit dem Wein aufgekocht. Nun fügt man Galgant und Süßholz zu und lässt das Ganze über Nacht stehen. Am nächsten Tag kocht man die Mischung noch mal auf, und siebt anschließend ab. Den fertigen Wein füllt man in Flaschen ab und verschließt sie sorgfältig.

Küche

Veilchenessig

Zutaten:

2 Handvoll Veilchenblüten (frisch und im Schatten gepflückt)

½l Apfelessig

Zubereitung:

Den Essig in eine Flasche füllen, die Veilchenblüten zugeben und 8 Wochen ziehen lassen.

Eiswürfel mit Veilchenblüten

Eine Eiswürfelschale halb mit Wasser füllen und in jedes Segment eine Veilchenblüte legen. Die Eiswürfelschale in den Tiefkühler geben. Wenn das Wasser gefroren ist, werden die Segmente vollends aufgefüllt und die Schale wieder eingefroren. Diese Eiswürfel eignen sich sehr gut für Bowlen oder Mixgetränke mit Sekt.

* * *

Veilchensirup

Zutaten:

1 Handvoll Veilchenblüten

500ml Wasser

500g Rohrzucker

Saft von einer Zitrone

Zubereitung:

Von den Blüten die Blütenblätter abzupfen und mit dem kochenden Wasser übergießen. Über Nacht zugedeckt ziehen lassen.

Am nächsten Tag die Blütenblätter absieben und den Zucker zufügen. Langsam und vorsichtig erhitzen. Nicht kochen! Am Ende den Zitronensaft zufügen und den Sirup noch heiß in Flaschen füllen. Gut verschließen.

* * *

Kandierte Veilchenblüten

Zutaten:

1 Handvoll Veilchenblüten

1 Eiweiß

etwas Puderzucker

Zubereitung:

Das Eiweiß halb steif schlagen, die Veilchenblüten mit dem Eiweiß bestreichen und mit Puderzucker bestreuen. Die Blüten auf Pergamentpapier setzen und trocknen lassen.

