



Mit freundlicher Unterstützung durch



und



Medienpartner



---

## THEMA DES WETTBEWERBS 2013: THYMUS VULGARIS KATEGORIE: KULINARIK & GENUSS

---

PROJEKTTITEL:

**Thymian-Quendel-Likör mit Mädesüß und Honig**

---

EINGEREICHT VON

Kräuter und Geist; Fr. Sandra Vielmetti  
Kontakt: <http://www.kraeuterundgeist.at/>

---

PROJEKTKURZBESCHREIBUNG

Der hier kreierte Likör soll anleiten und anregen, selber mit den Kräutern aus dem eigenen Garten hochwertige Genüsse herzustellen. Bewusst habe ich mich auf Thymian, Quendel, Mädesüß, Honig und Birkenzucker beschränkt, um zu zeigen, dass man mit nur wenigen Zutaten ein wunderbares Produkt herstellen kann. Für die Zutaten des Likörs muss man weder weit reisen, noch ist eine besondere Kenntnis in der Heilpflanzenkunde erforderlich, um nachhaltige Qualität in Inhalt und Wirkung der eigenen Familie zu Gute kommen lassen. Weniger ist mehr. Diesen Grundsatz sollten wir unserer Gesundheit zu liebe, wieder mehr zu Herzen nehmen. Alleine die eigene Herstellung ist schon ein Teil des Erfolgs.

**Sonstige Anmerkungen:** Ich möchte mit diesem Projekt die Anregung geben die Schätze des eigenen Gartens zu verarbeiten.

---

## MEDIENUNTERLAGEN

Zum Thema Thymian fällt mir gleich sein starker Bruder Quendel ein. Beide verwende ich regelmäßig in der Küche und in meinen vielen Likören. Lange schon beschäftige ich mich als Kräuterpädagogin mit dem Thema „Duft-Pflanzen“ und verarbeite diese sehr gerne zu Likören. Jährlich kommen neue Sorten hinzu. Das hat mich dazu veranlasst auch hier eine neue Kreation zu entwerfen. Der Thymian mit seinem Hauptbezug zu den Atemwegen und zur Stärkung passt ganz vorzüglich zu Mädesüß (*Filipendula ulmaria*), der mit seinem hohen Salicylsäuregehalt die schmerzstillende und beruhigende Komponente in dieser Likör-Kreation liefert. Die Süße des Likörs, die nur ganz dezent im Hintergrund gehalten wird, liefern Blütenhonig und Birkenzucker. Bei beginnender Erkältung sowie auch vorbeugend kann hier ein Gläschen des schmackhaften Likörs genossen werden. Eigentlich gibt es keine Gelegenheit, wo so ein wohltuender Tropfen nicht passen würde. Die Kombination zwischen Thymian & Quendel bilden eine harmonische Mischung für Körper, Geist und Seele. Jedes Kraut wird getrennt in Alkohol ausgezogen (ich nehme immer den Schnaps, den der Bauer selbst trinkt, da bekommt man immer gute Qualität). Anschließend wird, zur Verdünnung des Schnapses, aus dem getrockneten Kraut des Zitronenthymians ein Tee zubereitet, den man nur kurz durchziehen lässt. Biologischer Blütenhonig aus der Nachbarschaft sowie Birkenzucker machen diesen Likör zu etwas ganz Besonderem. Vor allem die Liebe an der Zubereitung und die Begeisterung am TUN sind die Voraussetzung, dass man zuletzt ein energetisch hochwertiges Produkt in Händen hält. Die Begeisterung am TUN und vor allem den praktischen Zugang dazu lehre ich als „Kräuter und Geist“ in meinen Workshops in den Fachgebieten Kräuter, Naturkosmetik und sinnliche Düfte.

---

## BILDER

