

# Rosmarin

## Oktober



Der Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*) ein immergrüner Halbstrauch aus der Familie der Lippenblütler. Der Name Rosmarin kommt vom lateinischen *ros marinus* und bedeutet „Tau (ros) des Meeres (marinus)“. Als Begründung wird dazu oft angeführt, dass Rosmarinsträucher an den Küsten des Mittelmeeres wachsen und sich nachts der Tau in ihren Blüten sammle.



**Geschmack und Verwendung in der Küche:** Intensiver, würziger Duft, leicht bitterer und erfrischender Geschmack, passt zu Soßen, für deftige Kartoffelgerichte, Kräuterschmalz, herzhaft eintöpfe, Bohnen, Quark, Käse, Fisch, Wild, Geflügel, Lamm sowie in Essigen und Ölen.



**Wirkungsweise:** Durchblutung und Verdauung werden von den ätherischen Ölen gefördert. Ein Tee oder Bad aus den Blättern wirkt außerdem nervenstärkend. Schwangere sollten das Gewürz zurückhaltend verwenden.



**Standort:** Geschützt und sonnig, warmer, durchlässiger, kalkhaltiger Boden.

