



## Colasirup

Zutaten: 2l Wasser  
2 – 3kg Zucker  
1 Schüssel voll Eberrautenspitzen  
max. 250ml Zitronensaft

Den Zucker im Wasser auflösen und einmal kurz aufkochen. Den Topf vom Herd nehmen und in die noch heiße, aber nicht mehr kochende Zuckerlösung die gewaschenen Kräuter und je nach Geschmack bis zu ¼ l Zitronensaft geben. Auskühlen lassen, abseihen und in Flaschen füllen. Kühl lagern.

Buon appetito!      Guten Appetit!

### **Eberraute, auch Colastrauch genannt**

Die Eberraute ist ein Verwandter des Beifusses und des Wermuts. Wie seine Brüder ist er eine mehrjährige Pflanze mit bitterem Geschmack und einem gewissen Cola-Aroma. Die Eberraute ist in Südeuropa heimisch. In Mitteleuropa wurde die Eberraute als Würz- und Heilpflanze schon im Mittelalter angebaut. Die mehrjährige Verwandte des Beifusses hat sehr viele, ganz feine Blätter, die an Federn erinnern. Die Blätter sind hellgrün.

Früher wurde die Eberraute als Gewürz für fette Speisen verwendet, doch inzwischen ist sie aus der Mode gekommen. Auch als Heilpflanze wurde die Eberraute früher höher geschätzt als heutzutage. Dabei hat sie vielfältige Heilwirkungen.

Sie stärkt die Verdauungs- und die Harnorgane, man kann sie gegen Husten und Bronchitis verwenden. Außerdem lindert sie Frauenbeschwerden und aktiviert die Menstruation. Auch gegen Einschlafstörungen und Rückenschmerzen kann man die Eberraute verwenden. Man kann die Blätter der Eberraute auch als Tee anwenden. Dazu bereitet man einen Aufguss mit ein bis zwei Teelöffel Eberrauten-Blätter und lässt ihn fünf bis zehn Minuten ziehen.

**Achtung!** Die Eberraute darf nicht in der Schwangerschaft eingesetzt werden.

Quelle: <http://heilkraeuter.de/lexikon/eberraute.htm> [28.05.2017]

**Verein: "Die Lernmanufaktur"**

Weitzler 7  
A-7572 Deutsch Kaltenbrunn

T: +43 (664) 416 65 62

W: [www.die-lernmanufaktur.org](http://www.die-lernmanufaktur.org)  
M: [info@die-lernmanufaktur.org](mailto:info@die-lernmanufaktur.org)

ZVR: 184852103

BIC: BAWAATWW

IBAN: AT13 6000 0801 1011 9163