Was ist Myrte?

♥ zu finden im Kräuterbeet 2 ♥



Der Überlieferung nach schmückten sich schon alltägyptische Frauen und göttliche Schönheiten wie Venus oder Aphrodite mit blühenden Myrtenzweigen. Heute noch ist es Brauch, einer jungen Braut einen Kranz aus Myrtenzweigen aufzulegen, dem Bräutigam einen Myrtenstrauß ans Revers zu stecken oder beiden eine Pflanze zur Trauung zu schenken.

Der frisch eingepflanzte Mirto ist natürlich noch etwas klein. Er wird sich sicher rasch mit dem Olivenbaum anfreunden. ♥



Die kompakten, schnittverträglichen Kleinsträucher schmücken sich zumeist im Sommer (Juli-August) mit einer Fülle weißer, 1,5-2 cm großer, ebenfalls duftender Pinselblüten, die wie Schneeflocken wirken. Und im Herbst tragen sie dekorative, dunkelrote bis fast schwarze Beeren.



Die Myrte ist eine Heilpflanze, die im Mittelmeerraum und im nahen Osten seit ein paar Jahrtausenden geschätzt wird und auch in der Mythologie große Bedeutung hatte. Sie gedeiht als immergrüner Strauch oder bis etwa fünf Meter hoher Baum im Mittelmeerraum. Aufgrund des aromatischen Geschmacks durch das ätherische Öl, werden die Früchte, Blätter und Blüten nicht nur als Medizin bei Atemwegserkrankungen, wie Husten oder Entzündungen der Nebenhöhlen genützt, sondern daraus auch der als Digestif beliebte süße rote Mirto und der trockene weiße Mirto hergestellt.

In der Küche werden sowohl die Blätter und Blüten als auch die Myrtebeeren zum Würzen von bspw. Fleischgerichten wie Grillfleisch genutzt.



Die Myrte als Digestif



Aufden Inseln Hvar und Brac in Kroatien, in Mittelitalien (Maremma ua.) und Korsika oder besonders auf Sardinien werden Liköre erzeugt, die meist als Digestif zur Verdauungsförderung angeboten werden. Der auch als Mirto bezeichnetet rote „süsse“ Likör wird aus den **Früchten** mit Zucker oder Honig-zusatz hergestellt, während der weisse Mirto als „trockener“ Likör die **Blätter** und **Blüten** als Grundlage hat.



Medizinische Anwendung und Arzneiformen

Aufgrund des Vorkommens im Mittelmeerraum, ist die Myrte eine Heilpflanze, die in diesen Regionen auch traditionell zur medizinischen Verwendung bedeutsam war und in weiten Teilen Europas eher seltener zur Anwendung kam. Die Blätter der Myrte können durchaus als Teezubereitung genutzt werden, es wird aber auch das ätherische Öl durch den Hauptbestandteil 1,8-Cineol bei Erkältungserkrankungen eingesetzt und ebenso bietet die Homöopathie in einer niederen Potenzierung die Myrte als Arzneimittel bei Atemwegserkrankungen an. Wenn die Blätter oder das ätherische Öl in passenden Dosierungen verwendet werden, kann man mit einer guten Verträglichkeit rechnen. Diese Heilpflanze wird vorwiegend zur Behandlung von Erkrankungen der Atemwege eingesetzt. Dazu zählen Bronchitiden und Entzündungen der Nebenhöhlen (Sinusitiden). Die Wirkstoffe des ätherischen Öles führen zu einer Verdünnung von zähem Schleim und damit zu besserem Abhusten und zu einer höheren Aktivität des Flimmerepithels, das den Abtransport von Schleim begünstigt. Untersuchungen mit einem Arzneimittel, in dem rektifizierte Ölextrakte der Myrte mit anderen ätherischen Ölen kombiniert wurden, zeigten auch, dass es zur Verkürzung der Erkrankungsdauer kommt und dass akute oder chronische Erkrankungen auf diese Kombination gut ansprechen.

In der Volksmedizin werden Blätter als Teezubereitung oder das ätherische Öl bei Husten oder Erkrankungen der Nebenhöhlen, bei Durchfall, Erkrankungen der Harnwege und zur Behandlung von bestimmten Hauterkrankungen verwendet. Es ist besonders gut verträglich und eignet sich für sensible Hautzustände sowie bei psychischer Anspannung.



PS: Den Mirto entdeckte ich im wundeschönen Garten von LA NEIRA, Agriturismo in der Nähe von Asti im Piemont. Er war gerade in voller Blüte. Ich dachte zuerst, es sei ein etwas spezieller Lorbeer mit einem weissen Blütenkleid und kleinen Blättern.
Während erholsamen Ferientagen in der grünen Oase gibt es dort im Kräuter-, Gemüse-und Blumengarten noch vieles zu entdecken , auch über Permakultur.
www.laneira.it

LA NEIRA
AGRITURISMO - FARM STAY

Dominique Freiburghaus
Sommer 2026