

## Duftnesseln

Sie tragen Namen wie Anis-Ysop, Korea-Minze, Moskitopflanze oder Mexikonessel, sie sind aber weder Ysop, noch Minze oder Nessel. Hinter den kunterbunten Namen verbirgt sich eine Pflanzengattung, die für uns zu allererst eigentlich zu den Schnittstauden zählt: die Duftnesseln, botanisch: Agastache. Die abenteuerlichen Namen verdanken sie ihrem Aussehen, ihrem Duft und auch teilweise ihrer Herkunft.

Die Duftnesseln gehören nicht zur Gruppe der alt ehrwürdigen Heilkräutern aus der Klosterheilkunde - dafür waren sie bei uns zu lange unbekannt – wohl aber zu den Heilpflanzen in ihrer Heimat.

Die meisten der über 20 Arten dieser Gattung stammen aus der Neuen Welt, aber auch aus Asien. Deswegen kann man sie zu den exotischen Kräutern wie Zitronenverbene oder dem Ananassalbei zählen.



Allen hier aufgezählten Agastache-Arten ist gemeinsam, dass ihr Laub gut für die Zubereitung für Tees (egal ob gegen Magenverstimmung oder als Genussmittel) sind und ihr Blüten jeden Sommersalat bereichern – optisch wie geschmacklich!

Die Heilwirkung der verschiedenen Agastache-Arten ist bei uns wissenschaftlich noch nicht untermauert, so dass man sich eigentlich nur auf die Erfahrungsheilkunde der indigenen Völker Nordamerikas verlassen kann.

< *A. foeniculum* „Golden Jubilee“  
(im Duftgarten der Landesgartenschau Bingen, 2008)

Die Agastachen gehören zur Familie der Schmetterlingsblütler (ehem. Lippenblütler) und sind somit nahe mit Minze, Melisse & Co verwandt. Man erkennt dies schnell an den ährenartigen Blütenrispen und den daraus kommenden Einzelblüten. Auch die Blätter einiger Arten erinnern sehr an Minze oder Nesseln.

# Arten und Sorten

## Anis-Ysop

(*A. foeniculum*; Syn.: *A. anisata*)

*Diese aus Nordamerika stammende Art ist sicherlich die am weitesten verbreitete unter den Duftnesseln, und auch die robusteste. In den USA wird sie auf großen Flächen angebaut, um nach Anis duftenden Honig zu produzieren. Bei uns ist sie auch als Schmuckstaude beliebt und wird ca. 50-80cm hoch.*



Ein Tee aus den Blättern des Anis-Ysop wirkt appetitanregend und gemütshehend aber auch gegen Übelkeit und Erbrechen. Die Wirkung ist durch das Vorhandensein derselben ätherischen Öle wie sie im Fenchel auch vorkommen, zu erklären.



## Anis-Ysop „Golden Jubilee“

(*A. foeniculum*; Syn. *A. anisata*)

*Auch die Sorte „Golden Jubilee“ ist ein echter Hingucker: Ihre zitronengelben Blätter in Verbindung mit blau-violetten Blüten ist ein wirkliches Schmuckstück. Ihr Wachstum ist etwas kompakter als der der Ursprungsorte.*

*Das Aniskraut (*A. foeniculum* var. *alba*) ist eine weiß blühende Variante. Die Blüten von *A. foeniculum* sind als violette Blütenähren angeordnet, aus denen dann die Einzelblüten kommen, die Blätter sind nesselartig.*

Die Blätter können frisch oder getrocknet in der Küche eingesetzt werden – entweder als Tee gekocht (bei den Indianer Nordamerikas traditionell als Hustentee) oder bei der Zubereitung von Speisen. Die gehackten Blätter passen hervorragend zu Fischgerichten. Die Blüten können – genauso wie die Blätter – auch zum Verfeinern und als essbare Dekoration von Fruchtsalaten und Süßspeisen verwendet werden.

## Lemon-Ysop

*Limonen-Aniskraut, Purpurmelisse*  
(*A. mexicana*)

Die Blütenrispen dieser Art sind eher locker angeordnet. Dafür springen die großen Einzelblüten in einem kräftigen Magenta-Farbtönen ins Auge. Die Blätter sind eher länglich und gezahnt und gleichen nicht den nesselartigen Arten, auch der Aufbau der bis zu 120cm hohen Art ist relativ locker.

Die Duftpalette dieser aus Mexiko stammenden Agastache reicht von Limone & Anis bis zu Französischem Estragon – das hängt auch noch mal etwas von den Sorten und Selektionen ab. Auch der Lemon-Ysop ist verhältnismäßig winterhart.



Die Duftnesseln lieben einen humosen Boden und einen sonnigen Standort. Zum richtigen Gedeihen tragen gleichmäßige Feuchtigkeit und gelegentliche Düngergaben – mit flüssigem Kräuterdünger oder einem organischem Dünger - bei. Während man die Blüten vorzugsweise frisch verwendet, können die Blätter sowohl frisch als auch getrocknet eingesetzt werden.



## Aprikosen-Duftnessel

(*Agastache aurantiaca*)

Diese aus Mexiko stammende Agastache hat ihren Namen nicht, weil sie nach Aprikosen duftet, sondern weil die Blütenfarbe der einer Aprikose ähnelt – *aurantiacus* kommt aus dem Lateinischen und bedeutet orangerot. Sie blüht von August bis Oktober, ihre Blütenähren sind sehr locker aufgebaut und so kommen die langen Einzelblüten besser zur Geltung. Ihre Blätter haben Minzaroma und lassen sich gut für Tees oder Süßspeisen verwenden. Sie ist eher nicht winterhart.

© Foto: [www.finegardening.com](http://www.finegardening.com)



Foto: © Stauden Gaissmayer

## Korea-Minze

(*Agastache rugosa*)

*Diese aus Asien stammende Art gleicht im Aufbau A. foeniculum, die Blütenähren sind aber etwas länger als bei dieser. In ihrer Heimat schreibt man ihr antibakterielle und appetitanregende Eigenschaften zu. Ihre Blätter sind nesselartig (rugosa=runzelig) und haben ein Minzaroma. Außer zu Tee kann sie auch noch gut als Fleischgewürz verwendet werden.*

*Auch hier gibt es wieder verschiedene Sorten und Unterarten, die durch andere Farben auffallen. So z.B. A. rugosa var. albiflora – eine weißblühende Art. Diese Art wächst mit ca. 1m nicht so hoch, dafür relativ kompakt.*

Die Agastachen sind auch sehr beliebte Insektenpflanzen - Bienen, Hummeln und Schmetterlinge besuchen sie regelmäßig. Die beste Erntezeit für Blüten und Blätter ist der Sommer, von Juni/ Juli bis in den September. Wie bei vielen Kräutern ist durch die hohe Sonneneinstrahlung der Gehalt an ätherischen Ölen und weiteren Wirkstoffen am höchsten.

## Moskitopflanze

*Orangenduft-Agastache, Duftnessel*

(*Agastache cana*)

*Sie wächst ursprünglich in Mexiko und einigen Staaten der USA und wird dort u.a. zur Mückenabwehr verwendet. Die Blätter, die einen zarten Orangenduft verströmen, können wie die Blüten für Tees und Fruchtdesserts verwendet werden. Ihre Blütenähren sind purpurfarben und relativ kompakt, aus ihnen kommen dann rosafarbene Blüten.*



© Foto: www.finegardening.com

Es gibt noch viele weitere Arten und Sorten (die Anzahl der Züchtungen wird natürlich weiter wachsen) die eine Bereicherung für einen schönen Kräuter- und/ oder Staudengarten sind. Sie alle hier aufzuführen würde der Rahmen allerdings sprengen. Aber diese außergewöhnliche Schmuckstaude soll hier auch nicht unerwähnt bleiben:



## *Blau Bergminze* *"Blue Fortune"*

*(Agastache rugosa x foeniculum)*

*Die Sorte ist eine Kreuzung zwischen A. foeniculum und A. rugosa und zählt mit ihrem hohen, schlanken Wuchs (über 100cm) den langen und lang haltenden Blütenständen eher zu den Schmuckstauden.*

*Auch sie ist verhältnismäßig winterhart.*

Agastache werden bei uns teilweise mal als einjährige Sommerblumen oder als mehrjährige Blütenstauden gehandelt. Was sehr verwirrend scheint, hat eine einfache Ursache: Grundsätzlich sind die Duftnesseln-Arten mehrjährig, aber leider sind die meisten Arten bei uns nicht wirklich winterhart. So gibt es mehrere Möglichkeiten für ihre Kultur:

- a) man sät oder pflanzt sie im Frühjahr nach den letzten Frosträchte aus, und lässt sie im Herbst mit dem Frost eingehen - z.B. bei *A. cana* & *A. aurantiaca* - oder
- b) pflanzt sie an einen geschützten Standort und gibt ihr dort evtl. noch Winterschutz – z.B. bei den Arten *A. foeniculum*, *A. rugosa* & *A. mexicana*.
- c) Man kann sie im Herbst ausgraben und an einen dunkeln, trockenen und geschützten Ort einlagern oder
- d) hält sie als Kübelpflanze und stellt sie entweder eingezogen rein oder kultiviert sie im temperiertem Wintergarten weiter.

Die beiden letzten Optionen können bei allen Arten angewandt werden - in jedem Fall aber nicht unbedingt sinnvoll sind sie aber nicht!

An günstigen Standorten breiten sich Agastache aus, selber vermehren geht im Frühjahr gut über die Wurzelteilung, oder auch Stecklinge und natürlich durch Aussaat.

Alles zusammen, genug Gründe um sich mit dieser sehr interessanten Gattung auseinander zu setzen. Da es sich allerdings in der Regel um Kräuter-Raritäten handelt, sind sie leider nicht überall zu bekommen.