



Was bedeutet Kekik?

Kekik bedeutet übersetzt "wilder Oregano". Der wilde Oregano wächst am liebsten auf Wiesen mit vielen Ameisenhöfeln, an Feld- und Waldrändern und in eher trockenen Wiesengebieten. Weil der wilde Oregano Sonne und Hitze liebt, kommt er besonders häufig in Gegenden vor, die trocken und bergig oder felsig sind.

Die in der Mittagshitze violett blühende Pflanze wird ca. 30 cm hoch und ist in weiten Teilen Europas inzwischen gefährdet. Sie lockt mit ihrem betäubenden Geruch Bienen und Käfer an. Wegen dieses besonderen Duftes ist jedermann von ihr beeindruckt.

Wilder Oregano wird in erster Linie als Gewürz verwendet.

Er verfeinert jede Speise mit seiner kräftigen Würze. Fettes und reichhaltiges Essen macht er leichter verdaulich. Die Bekömmlichkeit von wildem Oregano ist ebenso nachgewiesen wie seine Heilkraft: er wirkt schleim- und krampflösend, desinfizierend und wird vor allem bei Erkrankungen der oberen Atemwege sowie des Darms verwendet. Seine ätherischen Öle wirken im Tee, in Gurgellösungen, in Umschlägen und in Kräuterkissen. Als Tee bekämpft er Magenkrämpfe, Regelschmerzen und Verdauungsprobleme, als Badezusatz wird er unter anderem bei Keuchhusten, Asthma, Rheuma und nervösen Unruhezuständen verwendet. Wilder Oregano stabilisiert das innere Gleichgewicht, und er wirkt – äußerlich angewandt – gegen Akne. Oregano - Kissen kann jeder zu Hause herstellen. Erhitzt man sie im Backofen oder der Mikrowelle, hat man ein altes Hausmittel, das Unruhe beseitigt und entspannt. Wir verwenden Kekik hier ausschließlich zum Kochen und hoffen, dass seine medizinische Wirkung auch Ihnen gut tut.