

## **Majoran - (*Origanum majoran*)**

### **Name - Etymologische Bedeutung**

Der Name Majoran ist ein altes Kulturwort, das mit der Pflanze selbst durch den Mittelmeerraum wanderte. Seine Wurzel liegt vermutlich in einer orientalischen Sprache, wurde von den Griechen übernommen, von den Römern weitergetragen und fand schließlich über das Mittellateinische ins Deutsche.

### **Geschichte des Majorans**

Der Majoran ist seit langer Zeit eine beliebtes Gewürz- und Heilpflanze. Es wurde bereits im alten Ägypten angebaut, seine Heimat sind die südöstlich gelegenen Länder des Mittelmeeres. Seine ursprüngliche Heimat soll Indien gewesen sein. Die Araber brauchten sie in die Mittelmeerregion. So ist er im Altertum über Griechenland nach Italien gekommen und fand in den Gärten nördlich der Alpen seinen geschätzten Platz. Im Mittelmeerraum jedoch entwickelt er mit der Wärme ein intensiveres Aroma.

### **Pflanzenfamilie**

Der Majoran gehört zur Gattung Dost der Familie der Lippenblütler (Lamiaceae). Er ist eng mit Oregano verwandt.

### **Die Lippenblütler (Lamiaceae)**

Sie lieben ein warmes und trockenes Klima und gedeihen sehr gut in den Mittelmeergegenden. „Auf freien, sonnigen Berggrücken können die Pflanzen am stärksten von den kosmischen *Licht- und Wärmekräften* ergriffen werden<sup>1</sup>“

### **Gewürzkräuter der Lippenblütler**

Basilikum, Bohnenkraut, Dost, Lavendel, wilder mehrjähriger Majoran, einjähriger Majoran, Minzen, Oregano, Rosmarin, Salbei, Thymian, Ysop, Zitronenmelisse u.a.

In den Lippenblütler leben starke Kräfte des Kosmos, nämlich die Licht- und Wärmekräfte. Die Beziehung der Pflanze zu diesen Kräften ist lebendig wirksam und dadurch können diese Kräuter dem Menschen diese Kräfte vermitteln. Diese Kräfte, also die Licht- und Wärmekräfte, regen die Organikräfte im Menschen an und können tiefer und wirksamer in die Stoffwechseltätigkeit eingreifen.

---

<sup>1</sup> Vom Wert der Gewürze, Gerhard Schmidt-Kennedy und Udo Renzenbrink.

## Beschreibung der Pflanze



Der Majoran wächst ausdauernd und als krautige Pflanze bis zum Halbstrauch. Seine Wuchshöhe ist bis ca. 80 Zentimeter. Oft wird er als einjährige Pflanze kultiviert. Pflanzenteile sind häufig grau behaart. Die Laubblätter sind in Blattstiel und Blattspreite gegliedert. Als Blattspreite bezeichnet man die Fläche der Blätter, in der das Eindringen von Licht gut ermöglicht wird und die Photosynthese stattfindet. Das längliche bis fast kreisförmige, einfache Blatt ist bis zu  $2,5 \times 2,5$  Zentimeter gross mit gräulich-weißen kurzen, angedrückten Haaren (Trichomen).

In kompakten, fast kugeligen oder vierkantigen, ährigen, etwa  $6 \times 4$  Millimeter großen Blütenständen sitzen viele Blüten und Hochblätter. Die breit verkehrt-eiförmigen und oben abgerundeten Hochblätter sind gräulich-weiß und drüsig gepunktet. Der Majoran blüht von Juni bis September (aus Wikipedia). Eine Ernte kurz vor der Blüte ist ideal, dann ist die ätherische Konzentration am höchsten.

## Majoran in der Küche

Majoran ist sehr würzig aber auch süßlich. Die Blätter finden frisch oder getrocknet Eingang in die Küche. Sie eignen sich sehr gut für Getreidegerichte und Hülsenfrüchte. Aber auch in Kartoffelgerichten und Würsten finden sie Verwendung. Zum Trocknen werden die ganzen Stängel geerntet, deshalb enthält getrockneter Majoran Blätter, Stängel, Knospen und Blüten.

## Majoran als Heilpflanze

Majoran ist aber auch eine bekannte Heilspflanze, die aber leider etwas in die Vergessenheit geraten ist. Sie wird zur Förderung der Verdauung, Linderung von Blähungen oder bei Erkältungssymptome wie Husten oder verschleimte Atemwege und Schleimhäute eingesetzt. Majoran soll auch ein wertvoller Helfer von Stress-Symptomen sein, da es positiv auf den Nervus parasympathicus wirkt und wird in der Aroma Therapie gerne genutzt.

## Inhalte von Majoran

Majoran weist viele ätherische Öle auf und hat antibakterielle Eigenschaften. Schon in der Antike wurde Majoran in schweren Speisen (z.B. Wurstproduktion) eingesetzt, um sie verdaulicher zu machen. Die Pflanze enthält zudem Flavonoide, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Glykoside und Ascorbinsäure.