

Kurzrezension:

## Kräuterbuch einmal anders

Braucht die Welt noch ein Kräuterbuch, wo es doch schon so viele davon gibt? Cornelia Seidel hatte eine neue Idee: „7x7 Kräuter, 7x7 Experten und ihre Rezepte“ ist vor allem deshalb interessant, weil 49 Menschen ihren Zugang zu Kräutern und viele Rezepte darstellen, die so manchen Aha-Effekt auslösen.

Cornelia Seidel ist es gelungen, für das Buch ein breites Spektrum an Autor\*innen unterschiedlicher fachlicher Provenienz aus ganz Deutschland zu gewinnen: von der Betreiberin eines Kräuterlädchens bis zur Klangtherapeutin, von der kräuterbegeisterten Rentnerin bis zum Regionalberater, von der Kosmetikerin bis zum „Kräuterpapst“ Wolf-Dieter Storl – um nur einige zu nennen. Gerade in diesen verschiedenen persönlichen Sichtweisen liegt für mich die besondere Faszination dieses Buches, wobei auch die vielen enthaltenen Rezepte zur Nachahmung anregen. Beispiele gefällig? Haben Sie schon mal von Brennesselschnitzel oder Klettenhaarwasser gehört?

Als einer von 49 Co-Autor\*innen und in der gemeinsamen Arbeit im Beirat des Thüringer Kräuternetzwerkes konnte der Rezensent den Werdegang des Buches aus der Nähe verfolgen und Cornelia Seidel für ihr nimmermüdes Engagement, ihre Geduld und ihr Durchhaltevermögen bewundern: Den sprichwörtlichen „Sack Flöhe zu hüten“ wäre ein Leichtes gegen die Aufgabe, die Beiträge von 49 nicht immer völlig pflegeleichten Persönlichkeiten unter ein Thema und in eine einheitliche Struktur zu bringen. Nur wer selbst einmal einen Sammelband herausgegeben hat, kann ermessen, was dies bedeutet ...

Auch wenn Cornelia Seidel sehr bescheiden lediglich als Herausgeberin des Buches firmiert, ist sie weit mehr als dies: Sie hat dieses Buch konzipiert, redaktionell bearbeitet, gemeinsam mit Karl-Eugen Siegel gestaltet und selbst verlegt. Auch der Vertrieb läuft ausschließlich über sie und einige der Autor\*innen.

Zurück zur Eingangsfrage: Ja, dieses Kräuterbuch wird unbedingt gebraucht – nicht zuletzt die bereits erfreulich große Nachfrage beweist es. Gratulation an Cornelia Seidel und alle Mitstreiter\*innen!

Prof. Dr. Richard Harald Kunze



*Seidel, Cornelia: 7x7 Kräuter, 7x7 Experten und ihre Rezepte, Eigenverlag, o. J. (2021), 116 Seiten Preis: 19,90 € (gegebenenfalls zuzgl. Versandkosten), Bezug über E-Mail: [gesundheit@cosei.de](mailto:gesundheit@cosei.de) bzw. Tel. 03661/3497*