

# VEDISCHER ÖLAUSZUG UND LATWERGE-ZUBEREITUNG



Erstellt von  
**Renato Strassmann**

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015

## Wichtiger Hinweis:

Die Erläuterungen und Rezepturen sind nach bestem Wissen niedergeschrieben. Anleitungen, Zubereitungen, Rezepte u.s.w. ersetzen weder eine ärztliche Diagnose noch eine entsprechende Therapie.

Alle Anwendungen und Rezepte beruhen auf persönlichen Erfahrungen.

Die Anwendungen unterliegen der Eigenverantwortung jedes Einzelnen.

Auswirkungen jeglicher Art, die durch unsachgemässe Zubereitung und / oder Anwendung verursacht werden, ist jedweder Haftungsanspruch gegenüber dem Autor / Verlag ausgeschlossen! Auch ist eine Haftung des Autors für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

## Copyright

### „Alte Rezepturen in neuen Zeiten“

Sämtliche Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, im Besonderen das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung, der Datenspeicherung, der fotomechanischen Reproduktion, auch Auszugsweise sind dem Autor vorbehalten.

Die Rechte an Foto- und anderem im Werk enthaltenen Bildmaterial sind ebenso urheberrechtlich geschützt und sind Eigentum des Autors.

[wegzeichen@renatostrassmann.info](mailto:wegzeichen@renatostrassmann.info)  
[www.renato-strassmann.info](http://www.renato-strassmann.info)  
[www.baumheilkunde.info](http://www.baumheilkunde.info)

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015

**„Wenn wir das Wunder  
einer einzigen Blume  
klar sehen könnten,  
würde sich unser  
ganzes Leben ändern.“**

Buddha



Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015

## Latwerge (*Electuarium*)

Eingekochte Dicksäfte - eingekochte Fruchtsäfte - eingekochte Früchte.

Diese Art der Zubereitung war im frühen Mittelalter eine weitverbreitete Methode des Konservierens von Früchten und Säften. Zucker war kaum vorhanden und Honig zu kostspielig, um Früchte über eine lange Zeit haltbar zu machen.

Die Grundzubereitung ist sehr einfach. Das Produkt, das wir dabei erhalten lässt sich in der Regel über Jahre ohne Verlust an Qualität gut lagern.

Sowohl in der Heilkunst als auch in der täglichen Küche hatten Latwergen eine grosse Bedeutung.

Wir finden die Zubereitungsweise in vielen, alten Arzneibüchern bis hin in den Zauberbüchern - den sogenannten Grimoarien.

Medizinische Latwerge-Rezepte auch "Leckmittel" genannt finden wir zum Beispiel bei:

Marcellus Empiricus (4. - 5. Jh)

Avicennas Kanon der Medizin (980 - ca. 1030)

Hildegard von Bingen (1098 - 1179)

„Arznei-Verordnungslehre und vollständiges Recept-Taschenbuch nach der neuesten österr. Pharmakopöe enthaltend die bewährtesten Arzneiformeln der berühmtesten Praktiker und Kliniker der alten und neuen Schule“ von Rudolf Weinberger

In Goethes Faust Teil 1 entdecken wir den Hinweis einer „Zauberlatwerge“:

*„So haben wir mit höllischen Latwergen in diesen Tälern, diesen Bergen weit schlimmer als die Pest getobt.“*

Einer der legendärsten Rezepturen, die in ihrer Zubereitung eine Latwerge (Electuarium) ist, ist der **THERIAK**.

Überlieferte Rezepturen und deren Zubereitungen gibt es schon seit vorchristlichen Zeiten.

Die ursprüngliche Rezeptur des Theriak wird auf den König Mithrades von Pontus (120 - 63 v. Chr) zurückgeführt. Als Antidot (Gegengift) bezeichnet, war der Theriak bald ein Universalheilmittel.

In den Zeiten der „Quacksalberei“ geriet er auch in starken Verruf. Die Quacksalber wurden gerne als „Theriakverkäufer“ bezeichnet.

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

Es existieren zahlreiche, zum Teil sehr voneinander abweichende Theriak-Rezepturen. Davon sind auch die Zubereitungsanleitungen mitunter betroffen. Die Zusammensetzungen der Inhalte sind oftmals sehr unterschiedlich. Sie können weit über 60 Einzelzutaten enthalten.

Schon früh in der Geschichte des Theriaks kam das Opium mit in die Rezeptur und machte den Theriak als Universalmittel berühmt (auch berüchtigt wegen der Sucht und der Opiumabhängigkeit).

Als Rezeptbeispiel eines Theriaks aus der *Pharmacopoea Germanica* 1882:

- 1 Teil Opium
- 3 Teile spanischen Wein (möglicherweise Malaga- oder Portwein)
- 6 Teile Angelikawurzel
- 4 Teile Rad. *Serpentariae*  
(eine Pfeifenblumen - Osterluzeiart, Wurzel der Virginenholzwurzel, virginsche Schlangenzwurzel, *Arsitochia serpentariae*)
- 2 Teile Baldrianwurzel
- 2 Teile Meerzwiebel
- 2 Teile Zitwerwurzel / weisse Curcuma (*Curcuma zedoaria*)
- 9 Teile Zimt
- 1 Teil grüner Kardamon (*Elettaria cardamomum*)
- 1 Teil Myrrhe
- 1 Teil Eisenvitriol (Eisen(II)-sulfat)
- 72 Teile Honig

Heute hat der Theriak, insbesondere die Zubereitungsweise der Latwerge (Electuarium) im Heilmittelschatz leider an Bedeutung verloren.

Latwerge findet sich nur mehr wenig und wenn dann in erster Linie in der Küche, als süsse Beigabe, als Brotaufstrich und selten noch als Saucengrundlage.

Powiedl (Zwetschgenmus), Birnel (Birndicksaft) - hauptsächlich in Schweiz und Wacholderlatwerge sind die noch bekanntesten Latwergen.

Als Latwergezubereitung ist hier sicher auch das „Quittenbrot“ zu erwähnen.

## Zur Zubereitung

Grundsätzlich lassen sich aus allen Früchten, ja, auch allen Kräutern eine Latwerge zubereiten. Unterschiedliche Herstellungsverfahren helfen uns dabei.

### Erstes Vorgehen:

- Reife Früchte zerkleinern (Kerne und Steine entfernen)

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

- Aufkochen bis sie zerfallen sind.
- Pürieren.
- Auf kleinstem Feuer sachte einköcheln bis sich ein festes Fruchtmus gebildet hat.
- Das Fruchtmus auf einem gewachsten Holzbrett oder Backblech auf die Dicke von ca. 8 mm - 1 cm ausstreichen.
- Im Backrohr bei ca. 50°C austrocknen lassen (oder mit einer feinen Gaze zugedeckt an der Sonne austrocknen).
- Nach dem Trocknen in Stücke von 1 cm x 1 cm schneiden.

#### Zweites Vorgehen:

- Reife Früchte (auch Kräuter) entkernen / entsteinen.
- Mit der Saftpresse auspressen.
- Den gewonnenen Saft auf kleinstem Feuer langsam einköcheln.

Sobald der Löffel aufrecht stehen bleibt ist die Latwerge fertig.  
Abfüllen (am besten in Tongefässe) und dunkel und kühl lagern.

#### Drittes Vorgehen:

- Reife Früchte (auch Kräuter) entkernen / entsteinen.
- Im Dampfentsafter entsaften.
- Den gewonnenen Saft auf kleinstem Feuer langsam einköcheln.

Sobald der Löffel aufrecht stehen bleibt ist die Latwerge fertig.  
Abfüllen (am besten in Tongefässe) und dunkel und kühl lagern.

Die so gewonnene Latwerge ist beinahe unbeschränkt haltbar. Die verschiedenen Latwerge können nun auch untereinander gemischt und zum Kochen oder auch als Heilmittel verwendet werden.

In den letzten paar Jahren scheinen einige Firmen erneut auf den Geschmack der Latwerge-Produktion gekommen zu sein. Leider wird hierbei in den meisten Fällen keine wirklich echte Latwerge hergestellt. Etwas Fruchtsaft und ausgiebig Zucker oder Zuckersirup werden industriell eingedickt und als teure Latwerge verkauft. Ja, richtig - in der Konsistenz und durch das Herstellungsverfahren des Eindickens sind es so betrachtet wohl Latwerge. Doch unter einer echten, guten Latwerge verstehen wir eingekochte Pflanzensäfte **ohne Zuckerbeigabe**.

**Ausnahmen** sind Kräuterlatwerge wie Löwenzahnblüten, Tannenwipfel, Wacholder oder zusammengefasst gesagt:

All jene Kräuter (auch gegebenfalls Früchte) die kaum eigenen Zucker oder genügend natürliches Pektin aufbauen, werden mit

- Honig
- Birkenzucker
- Apfelpektin
- oder mit Zugabe von Früchten, die reich an Pektin sind (Quitte, grüne (unreife) Äpfel, Mispeln u.s.w.)

eingedickt.

**Beispiele von Latwerge sind:**

Birnendicksaft (Birnell)

Apfeldicksaft

Wacholder

Holunder

Trauben

Powiedl (Zwetschgenmus)

Quittenbrot

Löwenzahnhonig

Tannenwipfelhonig

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015

# Vedischer Ölauszug

Diese Herstellungsform von Einreibe- und Massageölen kennen wir auch in der alchemistischen Gewinnung von Heilmitteln.

Die Qualitäten von Erde - Wasser - Feuer und Luft werden ineinander geführt indem Ölauszug und Teeauszug miteinander sich verbinden.

## Herstellung:

Öl	1 dl
Wasser	1 dl
Pflanze	eine gute Hand voll

Die eine Hälfte der Pflanze wird als Ölauszug vorbereitet. Auf leichtem Feuer dauert der Ölauszug etwa 3 - 5 Stunden.

Die zweite Hälfte der Kräuter wird kurz vor dem Absieben des Ölauszuges als Tee zubereitet.

Nachdem beides vorbereitet ist giessen wir den Tee nach und nach dem Ölauszug hinzu. Bei leichter Wärme und gutem Beobachten wird der Teeauszug langsam im Ölauszug eingedampft.

Das dauert so lange bis aller Tee mit dem Ölauszug gebunden ist. Das Wasser verdampft nach und nach.

Ganz am Schluss wird nochmals abgeseibt, da es meist feine Rückstände gibt, die als „Schlacken“ (s.a. Anm.: 01) sich aus dem Tee und dem Öl ausscheiden.

## Hinweis:

Beim Mischen der beiden Auszüge ist Vorsicht geboten!

Das Öl darf auf keinen Fall zu heiss sein und auch nie zum Sieden gebracht werden. Ansonsten besteht Verbrennungsgefahr. Der Tee verdampft und es zischt und spritzt mit heissem Öl um sich herum.

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015



**Zu verwendende Öle sind:**

- Olivenöl
- Sesamöl
- Avocadoöl
- Mandelöl

In der Reihenfolge der aufgelisteten Öle zeigt auch die Reihenfolge der Qualität und Haltbarkeit.

Es sollten ausschliesslich erstklassige Öle verwendet werden:

- Kaltpressung, - möglichst erste Pressung, - aus biologischem Anbau.

**Tip:**

Als Wasserphase können wir auch zusätzlich (oder auch ausschliesslich) Hydrolate (Rosenwasser, Orangenblütenwasser, Veilchenblätterwasser u.a. verarbeiten.

**Anm.: 01**

Diese „Schlacke“ kann als Paste zu Umschlägen, Wickel und Einreibungen verwendet werden.

**Bemerkungen | Ergänzungen:**

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch Auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015

## Publikationen:



### *„BAUMHEILKUNDE - Heilkraft, Mythos und Magie der Bäume“*

ISBN Nr.: 978-3-99025-109-6  
Format: 17 x 24 cm  
440 Seiten  
Autor: Strassmann Renato  
Freya Verlag, Linz, 2014



### *„URPFLANZEN - Kraft, Magie, Weisheit alter Heilpflanzen*

#### *Von Farnen, Flechten, Moosen*

ISBN Nr.: 978-3-99025-091-4  
Format: 17 x 24 cm  
ca. 200 Seiten  
Autor: Strassmann Renato  
Freya Verlag, Linz, 2015



### *DUFTHEILKUNDE - Der Weg der Düfte*

ISBN Nr.: 3950334149  
Format: 22,6 x 17,8 x 1,4 cm  
Gebundene Ausgabe: 168 Seiten  
Verlag: Renato Strassmann, (2012)

**Alle Bücher sind beim Autor erhältlich!**

Zum meinen Vorträgen, Workshops und Schulungen:

[Themen, Daten, Orte und Details](#)

Copyright© by



Alle Rechte sind vorbehalten. Die Inhalte dürfen, auch auszugsweise, weder elektronisch gespeichert, verkauft, kopiert noch ohne schriftliche Einwilligung des Verfassers weiter verteilt werden.

2015