Aroma Forum International e.V.

Aromareport 15

Fachzeitschrift
für Aromatherapie, Aromapflege und Aromakultur

Themenschwerpunkt: Die Frische der Minzöle – und was sie sonst noch können

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Aromafreunde,

was gibt es Schöneres für die heißen Tage im Sommer als die kühlende Frische der Minzöle und deren Hydrolate zu erleben. An schwülen Tagen, wenn die Motivation etwas nachlässt, sind diese Duftnoten genau das Richtige. Sie bringen wieder Schwung ins Alltagsleben, aber nicht nur das. Diese Düfte sind wahre Multitalente mit ihren unterschiedlichen Duftcharakteren und Wirkweisen. Das wird in den einzelnen Beiträgen in dieser Ausgabe bestätigt.

Walahfrid Strabo, Botaniker, Dichter und Benediktinermönch 808/809 v. - 849 n. Chr. erklärte die Vielfältigkeit sehr treffend:

„Wenn aber einer die Kräfte und Arten und Namen der Minzen samt und sonders zu nennen vermöchte, so müsste er gleich auch wissen, wie viele Fische im Roten Meer wohl schwimmen, vor wie vielen Funken Vulkanos, der Schmelzgott von Lemnos schickt die Lüfte empor aus riesigen Essen des Ätna".

Im kulinarischen Teil finden Sie leckere Rezepturen aus der Aromaküche mit Pfefferminzöl.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und neue Erkenntnisse beim Lesen.

Für den Vorstand

Maria Hoch
1. Vorsitzende Aroma Forum International e.V.

Pfefferminzöl, der frische Duft

Das Pfefferminzöl verströmt einen frischen Duft
und reinigt ganz schnell, nicht nur die Luft.
Es duftet stark minzig, das ist bekannt
und ist unverkennbar, mentholig prägnant.

Es macht die Nase frei und den Kopf klar,
stimuliert den Verstand, das ist wunderbar.
Es pfeift richtig durch und lässt rein denken,
erlaubt, alles in gute Bahnen zu lenken.

Dazu weckt der Duft auch noch die Lust,
er belebt die Liebe, wer hat das gewusst.
Pfefferminzöl kann heilsam sein
und vertreibt manchen Schatten wie der Sonnenschein.

Es regt an und bringt uns fit in den Tag,
motiviert zu neuen Themen, liefert kreativ den Beitrag.
Genießt diesen Duft, lasst inspiriert Euch leiten,
dann wird er uns noch oft begleiten.

Maria Hoch

Sommerausgabe – Aromareport

Themenschwerpunkt: Die Frische der Minzöle – und was sie sonst noch können

Inhalt *-Seite-*

Vorwort
von Maria Hoch -3-

Fühlen, Hören, Riechen, Schmecken, Sehen
Das Pfefferminzmuseum in Eichenau
ist weltweit einzigartig
von Wolfgang Heilmann -5-

Zur Botanik von Mentha L., Minze
von PD Dr. Ehrentraud Bayer -7-

Minzen – Anbau und Destillation
von Georg Effner -21-

Die ätherischen Öle der Minzen,
nicht nur kühlend, belebend und frisch
von Maria Hoch -26-

„… aus dem Pflegealltag unserer Klinik
nicht wegzudenken…“
Das ätherische Öl von Mentha piperita
in der Praxis
von Monika Furtner-Keil -33-

Das ätherische Öl von Mentha viridis L. –
viel besser als sein Ruf
von Monika Werner -36-

-Seite-

Rezepte rund um's Pfefferminzöl
Pfefferminzöl als Antibiotikum?
von Dorothea Hamm -37-

Das ätherische Öl der Pfefferminze –
Mentha piperita für Tiere
von Sonja Weichinger -39-

Hydrolate von Pfefferminze (Mentha piperita)
und Bergamottminze (Mentha citrata)
von Ingrid Kleindienst-John -41-

Aromaküche mit Pfefferminzöl
von Karin Hirz -42-

Seminarbericht: Die Botschaften der Wechsel-
jahre verstehen – duftend, leicht, natürlich
von Christine Traub-Mayer und
Marianne Hamberger -44-

Arbeitskreis Sachsen-Thüringen
„Ist Räucherkunde Aromatherapie?“
von Manuela Blumtritt -45-

Arbeitskreis Aroma Forum München
„Ausgepowert, was tun?“
von Mara Renberg -45-

Wichtiger Hinweis, Bildnachweis, Impressum -46-