

## **Muskatnuss** **(Myristica fragrans)**

„Muskatnuss hat große Kalorienwirkung (calor) und eine feine Abgestimmtheit in ihren Kräften. Wenn ein Mensch Muskatnuss isst, öffnet es sein Herz und putzt seine Sinnesschärfe und trägt ihm etwas Geniales ein“.

„Nimm Muskatnuss und einen gleichen Gewichtsanteil Zimtrinde und eine kleinere Menge Gewürznelken. Das mache zu Pulver. Aus diesem Pulver mache mit Feinmehl und ein wenig Wasser Plätzchen und esse diese oft.

Das bringt alle Bitterkeit des Herzens und deiner Gesinnung zur Ruhe und öffnet dein Herz und deine (fünf) Sinne und macht deine Stimme heiter und reinigt deine Sinnesorgane und mindert in dir alle Schadsäfte (noxii humores, eigentlich Umweltgifte!) und liefert deinem Blut eine gute Säftezusammensetzung und macht dich leistungsfähig (fortis: stark. Fortitudo ist das Gegenteil von Faulheit).“

Anwendung: Als Universalnervenmittel, gegen Trübsinn; zur Blutreinigung, Entgiftung, bei Ermüdbarkeit, Trägheit, Konzentrationsschwäche, Unbegabtheit, Gehemmtheit; Herzdruck (Schüchternheit?). Neben ihrer entzündungshemmenden, blutgerinnungshemmenden, verdauungsfördernden und antimikrobiellen Wirkung hat die Muskatnuss auch psychotrope und psychoaktive Eigenschaften, die bei Überdosierung und Missbrauch zu leichten Bewusstseinsveränderungen bis hin zu Halluzinationen führen können. In noch größeren Mengen wirkt die Droge abortiv. Wegen dieser Risiken wird die Muskatnuss vom BGA für therapeutische Zwecke nicht empfohlen. Gegen die Anwendung als Gewürz bestehen dagegen keine Bedenken (Bundesanzeiger vom 18.9.86).

Verwendung: Viele Gerichte erhalten erst durch einen Hauch geriebener Muskatnuss ihren richtigen Pfiff: Fleisch- und Gemüsegerichte, Käseauflauf, Kürbissuppe, Obstsalat oder Pasteten.

Kultur: Auf den Molukken

Rezeptbeispiel Gewürzplätzchen:

auch Intelligenz- oder Nervenkekse genannt: 375g Butter, 400g braunen (Rohr-) Zucker, 4 ganze Eier, ½ TL Salz, 1000g Dinkelmehl, 1 Tütchen Backpulver, 100g Gewürzplätzchenpulver, 50-80g süße, gehackte Mandeln, etwas Galgant-pulver, Saft einer Zitro-ne, 1 TL Weinessig sowie Wasser nach Bedarf. Butter und Zucker gut schaumig rühren. Eier und Gewürzplätzchenpulver hinzufügen. Alles gut verkneten. Den Teig in 4-5 Rollen formen, in Pergamentpapier einschlagen und im Kühlschrank kalt stellen. Danach in Scheiben schneiden und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad etwa 15-20 Min. backen.