

Frau mit Würze

PERSÖNLICH Katrin Kolbe: Ingenieurin und Geschmacks-Expertin

Von Mandy Mamedow

SEDDIN | Es duftet nach Weih-
nachten, nach Zimt, Nelken,
Ingwer, Kardamom und Kori-
ander. Ein Hauch Muskat ist
dabei. Die Küche von Katrin
Kolbe in Seddin ist ein Ge-
würz- und Kräuterparadies.

Große dunkle Gläser mit ak-
kuraten Aufschriften und wür-
zig-aromatischem Inhalt tür-
men sich in Regalen ringsum.
Jede Leckerei, die man pro-
biert, schmeckt so ganz be-
sonders. „Das ist alles mit Ge-
würzen verfeinert“, erklärt die
Heilpraktikerin.

In Gewürzseminaren ver-
sucht die zweifache Mutter,
anderen Menschen die Kunst
des besseren Geschmacks bei-
zubringen. Sogar dem tägli-
chen Kaffee verleiht sie mit
einem Schuss Exotik eine ei-
gene Note. „Mit diesen Ge-
würzen kann man nicht viel
falsch machen, sie lassen sich
wunderbar kombinieren.“
Nelke setze man sparsam ein.
Auch wenn Zimt wegen sei-
nes hohen Gehalts an Cuma-
rin, das krebserregend sein
soll, etwas in Verruf geraten
ist, komme es hier auf die
Menge an. „Viele Gewürze,
die in anderen Ländern tradi-
tionell mit in die Speisen gege-
ben werden, haben neben
der aromatischen eine anti-
biotische Wirkung und sind
verdauungsfördernd.“

Ihr Wissen bezieht die
42-Jährige mit thüringischen
Wurzeln aus ihrem täglichen
Umgang mit natürlichen Sub-
stanzen und deren Wirkungs-
weisen. Doch die Zeit, in der
sie die Geschmacksverfeine-
rer für sich entdeckte, liegt
weit länger zurück als ihre
Ausbildung zur Heilpraktike-
rin. Denn Katrin Kolbe ist ei-
gentlich Ingenieurin für Ma-
schinenbau. 15 Jahre arbei-
tete sie in ihrem Beruf in Ber-
lin, Teltow und Stahnsdorf.
Sie war Projektleiterin in ei-
ner Metallbaufirma, konstru-
ierte Ultraschallanlagen fürs
Industriegewerbe und später
Sensoren für Schweißautoma-



Katrin Kolbe in ihrer Küche. Früher baute sie Sensoren. FOTO: OMOE

ten. Als 2004 ihr Sohn Leon ge-
boren wurde, begann zwi-
schen zunehmender Unzu-
friedenheit mit dem Leis-
tungsdruck im Job und den
täglichen Wegen mit dem Kin-
derwagen durch den Seddi-
ner Forst der Wunsch nach et-
was ganz anderem zu kei-
men. „Warum nicht etwas
mit Kräutern“, dachte sich Ka-
trин Kolbe. Die Ausbildung
zur Heilpraktikerin in nur
einem Jahr abzulegen, war
hart. Disziplin und die Fähig-
keit zu strukturieren, was sie
beides aus ihrem Beruf mit-
brachte, kamen ihr dabei zu-
gute. Sie bestand die Prüfung
beim Gesundheitsamt Pots-
dam auf Anhieb. „Das schaf-
fen nur etwa 15 Prozent aller
Teilnehmer“, sagt Katrin

Kolbe mit ein bisschen Stolz
in der Stimme.

Kräuter kannte sie von
klein auf. „Meine Mutter gab
oft welche aus dem eigenen
Garten mit ins Essen“, erin-
nert sich Katrin Kolbe. Die Ge-
würze traten dann während
der Zeit der Ausbildung in
Chemnitz in ihr Leben. Daran
erinnert sich die Naturfreun-
din noch gut. „Beim Studium
gab es ja fast nur Männer. Die
ließen sich gern mal beko-
chen. Und als eine Kommilito-
nin mir aus Indien Gewürze
mitbrachte, begann ich damit
zu experimentieren. Das kam
an.“ Und das behielt sie sich
bei. Noch immer mischt und
probiert sie fleißig in ihrer
Kräuterküche.

info ☎ 033205/2 38 70