

Vinter-Sar

Satureja montana

Sar er en krydderurt, der især egner sig til grønne bønner og kål.

S. montana kaldes Vinter-Sar, mens S. hortensis kaldes Sommer-Sar. Vinter-Sar er en staude.

Den er ikke så udbredt herhjemme, men i Tyskland anses den for at være et uundværligt krydderi til grønne bønner og kan varmt anbefales.

Den bliver en 30 cm høj køn lille busk, der blomstrer med små hvide læbeblomster hen på sommeren.

Den er ikke så let at skaffe i handelen, til gengæld er den forholdsvis let at dyrke fra frø:

Man sår sin Sommer-Sar i maj i to centimeters dybde og tynder ud til der er ca 15cm mellem hver plante.

Sar vil helst stå et solrigt sted uden for meget gødning og bør vandes i tørre perioder.

Sommer-Sar forsvinder med den allerførste kulde.

Vinter-Sar sås først i august. Vinter-Sar er en velegnet kantplante til krydderbedet. Den klarer sig godt mod indtrængende græs og kan holde sig i mange år.

Sar har ry for at styrke lysten til sex, og munkene havde forbud mod at dyrke den i klosterhaven.

Den stammer fra egnene omkring Sortehavet, kom sent til Europa med romerne og fra Italien bredte den sig langsomt mod nord.

Sar kaldes 'bønneurt' eller 'pølseurt' i Tyskland. Navnet 'sar' menes at være afledt fra ordet 'satyr', der i græsk mytologi var væsner med hesteben og et temmelig heftigt sexliv.

Medicinsk har Sar været brugt som afføringsmiddel.

Planten virker bakteriehæmmende og vanddrivende.

I Middelalderhaven står Vinter-Sar i krydderurtebedet.