

Für die Wildkräuterküche						Wildpflanze	Verwendung als Heilpflanze				Kein Dauergebrauch!
Pflanzenteile	als Gewürz	in Salat	in Suppe	in Gemüse	als Sirup		Pflanzenteile	Anwendung	innerlich	äusserlich	nicht verwenden bei
ganz junge Triebe	X	X	X	X		<b>Beifuss</b> <i>Artemisia vulgaris</i>	blühendes Kraut	Frauenleiden, verdauungsanregend	X	X	Schwangerschaft Schwangerschaft
Ganzes Kraut zur Blütezeit	X	X	X	X		<b>Dost</b> <i>Origanum vulgare</i>	blühendes Kraut	Husten, Keuchhusten, verdauungsanregend	X	X	
Blüten		X				<b>Duftveilchen</b> <i>Viola odorata</i>	Blätter, Blüten	Husten, auswurfördernd	X		in höheren Dosen Brechreiz
junge Blätter	X	X				<b>Frauenmantel</b> <i>Alchemilla vulgaris</i>	Blätter, Blüten	Frauenleiden, Durchfall, Entzündung Mund, Rachen	X	X	
junge Triebe Blüten	X	X X	X	X		<b>Hauhechel</b> <i>Ononis spinosa</i>	Wurzel	harntreibend	X		Oedem infolge eingeschränkter Herz-/Nierenfunktion
						<b>Heilziest</b> <i>Stachys recta</i>	blühendes Kraut	leichter Durchfall	X		
Blüten		X				<b>Johanniskraut</b> <i>Hypericum perforatum</i>	Johannisöl	Schnittwunden, spröde Haut		X	macht lichtempfindlich, pralle Sonne meiden
						<b>Mädesüss</b> <i>Filipendula ulmaria</i>	blühendes Kraut	fieberhafte Erkältung, harntreibend	X	X	Ueberdosis: Magenbeschwerden, Ueberempfindl. Salicylat
Blüten junge Blätter	X	X		X		<b>Wilde Malve</b> <i>Malva silvestris</i>	Blüten, Blätter	Reizhusten, Furunkel, Wunden, Entzündung Mund/Rachen	X	X	
Blüten		X				<b>Moschusmalve</b> <i>Malva moschata</i>	Blüten	Reizhusten, Furunkel, Wunden, Entzündung Mund/Rachen	X	X	
junges Blättchen	X					<b>Schafgarbe</b> <i>Achillea millefolium</i>	blühendes Kraut	Entzündung Mund/Rachen, Wunden, als Leberwickel		X	Ueberempfindlichkeit gegen Korbblütler (Hautausschlag)
Blüten		X				<b>Schlüsselblume</b> <i>Primula veris</i>	Blüten	Husten, schleimlösend	X		
Blüten		X				<b>Stiefmütterchen</b> <i>Viola tricolor</i>	blühendes Kraut	Milchschorf, Hautausschläge		X	

Für die Wildkräuterküche						Wildpflanze	Verwendung als Heilpflanze			
Pflanzenteile	als Gewürz	in Salat	in Suppe	in Gemüse	als Sirup	Pflanzenteile	Anwendung	innerlich	äusserlich	nicht verwenden bei
						<b>Weissdorn</b> <i>Crataegus</i>	Blüten, Blätter	Herz- & Kreislaufbeschwerden	X	Arzt fragen: allein oder unterstützend zu Medikamenten
Blüten Beeren			X		X X	<b>Holunder</b> <i>Sambucus nigra</i>	Blüten Beeren	fieberhafte Erkältung, stärkend	X X	roh giftig
junge Triebe	X	X		X		<b>Hopfen</b> <i>Humulus lupulus</i>	Blüten, Schuppen	verdauungsanregend, nervöse Unruhe	X X	

Maria Flury, Tel 061 901 38 97

08. Feb 2007

**Kein Ding ist ohne Gift, allein die Dosis macht es aus (Paracelsus, ca. 1530)**