

Karotten *Daucus sativus* Theae folium



wildkraeuterwerkstatt.de/karotten-daucus-sativus-theae-folium/

„Möhren sind lieblich zu essen, dem magen nützlich und bringen lust zur Speiß, und so jemants dieser artznei hat eingenommen, mög er von keinem giftigen wurm geschedigt werden...“,

so belegen schon die „Kräuterhistorien“ aus dem 16. Jahrhundert die Wirkung dieses heilenden Gemüses. Karotten eignen sich besonders als Diätkost. Das in ihnen enthaltene Oligogalakturonid hemmt schon in einer Konzentration von 0,005 % die Anheftung schädlicher Keime an die Darmmukosa.



Möhre

Rezept: 500 g Karotten schälen, im Mixer pürieren, mit Wasser auf 200 ml einkochen und durch ein Sieb in 1 l Gemüsebrühe einrühren. Über den Tag verteilt essen. Geeignet für Säuglinge ab 6 Monaten.

Präparate: Nicht erhältlich.

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt