

Kartoffel *Solanum tuberosum*



wildkraeuterwerkstatt.de/kartoffel-solanum-tuberosum/

„Schön rötlich die Kartoffeln sind und weiß wie Alabaster, sie dünen lieblich und geschwind und sind für Mann und Frau und Kind ein rechtes Magenpflaster“, pries schon MATTHIAS CLAUDIUS die Heilkräfte der Kartoffel. Zu Hungerszeiten war die patata „Armeleute-Essen“, inzwischen ist sie als gesunde Delikatesse und auch als Heilmittel aus der Küchenapotheke wohlbekannt.



Kartoffelpflanze

Inhaltsstoffe: Eiweiß, Kohlenhydrate, Mineralien, Vitamine.

Wirkungen: Entzündungshemmend, wundheilend und magensekretionshemmend; bindet Magensäure und schützt die Magenschleimhaut vor Reizungen.

Indikationen: Magenschleimhautentzündungen oder -geschwüre, Sodbrennen, übermäßige Produktion von Magensäure.

Darreichungsformen: Roher Kartoffelsaft, evtl. nach Geschmack mit warmem Wasser. Oder tgl. 1 kleine geschälte rohe Kartoffel langsam über den Tag verteilt gut kauen; dadurch wird viel alkalischer Speichel gebildet, der sich im sauren Magenmilieu heilend auswirkt.

Tagesdosis: 50-100 ml Kartoffelsaft. (tgl. 4-5 Wochen lang).

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen: Nicht bekannt.

Präparate: Schoenenberger Kartoffelsaft.

Zubereitung: Frischsaft: 1 rohe Kartoffel auf der Gemüseraffel reiben und den Saft durch ein Tüchlein auspressen. 1-mal tgl. mit der 2-3-fachen Menge Wasser oder Tee verdünnt trinken; immer frisch zubereiten! Basengetränk: Kartoffeln in wenig Gemüsebrühe gekocht wirken stark basisch und sind darum gut gegen Übersäuerung. Bekannt auch als „Kü-Ka-Lei-Wa“ bzw. „Kükaleiwa“, mit je 2 EL Kümmel und Leinsamen vermengt auf 1 l Brühe.

Kommission E: Keine Monographie, da Lebensmittel

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt