

Koriander *Coriandrum sativum* Coriandri fructus (M)



wildkraeuterwerkstatt.de/koriander-coriandrum-sativum-coriandri-fructus-m/

Die Heimat des Korianders liegt im östlichen Mittelmeergebiet, dem Vorderen Orient und in Nordafrika. Er gehört zu den alt angesehenen Heilgewächsen, schon vor 3500 Jahren war er bei den Ägyptern beliebt. Dort nahm man die zerstoßenen Samen bei Schlaflosigkeit, bei Verstopfung und auch als Aphrodisiakum. Im alten China glaubte man, dass der Verzehr von Koriandersamen Unsterblichkeit verleihe.



Koriander

Inhaltsstoffe: Ätherische Öle, fettes Öl, Eiweiß, Kaffeesäurederivate.

Wirkungen: Appetitanregend, sekretionsfördernd, krampflösend und blähungswidrig. Zur Ausleitung von Schwermetallen.

Indikationen: Verdauungsbeschwerden mit Völlegefühl und Blähungen.

Darreichungsformen: Tee, Tinktur, Gewürz. Bestandteil von „Lebenselexieren“ wie Melissengeist, Karthäuserlikör oder „Danziger Goldwasser“.

Tagesdosis: 3 g Droge.

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen: Nicht bekannt.

Präparate: Carminativum Babynos Blähungstropfen (mit Fenchel, Kamille).

Teezubereitung: 1 TL (2,3 g) frisch zerstoßene Früchte mit 1 Tasse heißem Wasser überbrühen, bedeckt 7 Min. ziehen lassen und abgießen.

Kommission E: *Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden.*

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt