

LÖWENZAHN – eine uralt bekannte Heilpflanze für Mensch und Tier

Ein Dorn im Auge bei viele Gartenbesitzern – ein leuchten in den Augen der Kinder, wenn Sie die Pusteblume in Ihren Händen halten und so den Samen weit verstreuen. Auf Wiesen und Feldern wächst der Löwenzahn und ist ein Gaumenschmaus im Frühjahr nicht nur für Menschen sondern auch für die Tiere.



Wenn die Wiesen von den gelben Blüten des Löwenzahn übersät sind, dann ist es die richtige Zeit den Organismus nach den langen Wintermonaten wieder in Schwung zu bringen.

Löwenzahn besitzt eine stark blutreinigende, stoffwechsellanregende und leberstärkende Kraft.

In der Veterinärmedizin wurde Taraxacum bei Faul -und Nervenfiebern, Leber und Lungenkrankheiten verwendet.

Es wurde die ganze Pflanze mit Wurzel unter das Futter gemischt.

Im Frühsommer enthalten die frischen Blätter einen hohen Gehalt an Kalium, das die Produktion der Gallenflüssigkeit anregt. Diese Sekrete sind bei der Fettverdauung und Hormonbildung behilflich.

Löwenzahnsalbe äusserlich angewendet eignet sich vorzüglich bei Muskelkater, schmerzenden, arthritischen Gelenken und rauer-rissiger Haut.

Synonym	Butterblume, Kuhblume, Hundebblume, Märzenbusch, Märzestock, Saudätsch, Milchblume, Milechstock, Lichtli, Pusteblume, Rörlichrut, Pissblom Franz.: Pissenlit, plante entière et racine Engl. : Dandelion root and herb
Gattung	Cichoriaceae (Compositae) – Korbblütengewächse
Arzneilich verwendeter Pflanzenteil	Das Kraut mit der Wurzel
Drogenbezeichnung	Taraxaci radix cum herba
Inhaltsstoffe	Es ist Inulin (bis zu 40% im Herbst – ein natürlicher Süßstoff), Cholin, Ascorbinsäure, Nicotinsäure, Retinol, Harze, ein hoher Kaliumgehalt (bis zu 4.5%), verschiedene Bitterstoffe, Mineralien, Natrium, Kieselsäure sowie Schwefel enthalten. Sesquiterpenlactone – Tetrahydrorodentin B, Taraxacolid-β-D-glucosid u.a. Phenolcarbonsäurederivat – Taraxacosid, Triterpene – Taraxasterol und Derivate.

LÖWENZAHN und sein Wirkungsbereich

Allergien	Appetitlosigkeit
Arteriosklerose	blutbildend
blutreinigend	Blasenerkrankung
Bronchitis	
Ekzem	Entschlackend
Fieber	Frühjahrmüdigkeit
Gallenbeschwerden	Gallensteine
Gelenkerkrankungen chronisch	Gicht
Hämorrhoiden	harntreibend
Hautleiden chronisch	Hünerauge
Husten	Kopfschmerzen
Krampfadern	Leberbeschwerden
Magenschwäche	Nierenleiden
Nierensteine	Pickel
Rheuma	Schadstoffe ausleitend
Schönheitsmittel	Stoffwechsel anregend
Verstopfung	Warzen
Wassersucht	Wechseljahrsbeschwerden



Ergänzungsfuttermittel für Pferde
Brennessel Extrakt hoch konzentriert
mit natürlichem vergorenem Apfelessig

LÖWENZAHN-SALBE

Löwenzahnblüten sammeln und trocknen

Ein Einmachglas zu $\frac{3}{4}$ mit den getrockneten Blüten befüllen.

Ein gutes Öl (Sonnenblumen Öl oder Oliven Öl) verwenden und in das Glas füllen, bis die Blüten gut bedeckt sind.

Das Glas gut verschrauben und das Öl an einem sonnigen Platz 6 Wochen stehen lassen.

Täglich das Glas schütteln.

Nach diesen 6 Wochen das Öl durch ein sauberes Tuch filtern.



Salbe herstellen:

- 100 gr Löwenzahnöl
- 15 gr Bienenwachs

beide Zutaten im Wasserbad erhitzen bis das Wachs geschmolzen ist (ca. 40°-50°)

In saubere Gläser füllen. Nach dem Erkalten wird die Salbe fest. Gläser beschriften – fertig!

Nach Geschmack kann auch Mandelöl oder Jojoba Öl zugesetzt werden. Dann aber den Anteil Bienenwachs berechnen, sonst wird die Salbe zu dünn.

Löwenzahn Salat

1. Junge Löwenzahnblätter sammeln.
Am besten auf nicht gedüngten Wiesen, weit abseits vom Strassenverkehr.
2. Die gesammelten Blätter reinigen und danach einige Zeit in lauwarmem Wasser einlegen.
So entweichen die enthaltenen Bitterstoffe und es gibt einen angenehmeren Geschmack.
3. Für das Dressing: Essig, Crème fraiche und gut zwei Teelöffel Honig und etwas Salz. Je nach Geschmack etwas Knoblauch. Wer bitter mag, kann den Honig auch weglassen.
4. Die eingeweichten Löwenzahnblätter abtupfen, in kleine Stücke schneiden. Rote und gelbe Paprika fein würfeln und mit der Soße vermischen.



Appetit anregender Aperitif - Löwenzahnwein

Zutaten: 2-3 Handvoll Löwenzahnblüten, ¾ L guter Weisswein

Zubereitung: Bei voller Sonne die ganz aufgegangenen, trockenen Löwenzahnblüten sammeln. Die Blütenblätter auszupfen und in ein grosses Gefäss geben und mit entsprechender Menge Wein begiessen.

Das Glas gut verschliessen und an einem sonnigen Platz 6 Wochen aufbewahren.

Täglich schütteln.

Nach 6 Wochen abseihen, filtern, in kleine Flaschen füllen und beschriften.

Ca. 1 Jahr Haltbarkeit.

ANWENDUNG: Als Verdauungs-und Appetitanregender Aperitif trinken

Erwachsene 1 Schnapsglas vor dem Essen.



Intensive Kur für den Stoffwechsel - Löwenzahnwasser



Zutaten: 1 Handvoll Löwenzahn (Blüten und oberirdisches Kraut),
500 ml Wasser, 1L Wasser

Zubereitung: Den Löwenzahn mit 500 ml kochendem Wasser übergiessen und 15 Minuten ziehen lassen. Anschliessend filtern und mit 1L Wasser verdünnen.

Anwendung: Innerhalb von 15 Minuten die 1.5L Löwenzahnwasser trinken. Die Folge ist eine erhöhte Wasserausscheidung.

Da bei dieser Kur auch Nierensteine sich lösen können, sollte man vorher den Rat des Arztes einholen. Fördert den Stoffwechsel, entgiftet den Körper und regt Leber und Nieren an.

Bei Leber-und Gallenbeschwerden – Löwenzahn Wurzel Tinktur

Zutaten: 1 Handvoll frische Löwenzahnwurzel
500 ml Grappa (mind.38%)

Zubereitung: Die Löwenzahnwurzeln klein schneiden und in ein verschliessbares Gefäss geben. Mit dem Grappa übergiessen und zugedeckt an einem sonnigen Ort 6 Wochen lang ziehen lassen.

Täglich 1 x schütteln. Danach den Extrakt filtern, in eine dunkle Flasche füllen und beschriften.

Anwendung: Erwachsene 1 x täglich 10 Tropfen über die Dauer von max. 6 Wochen als Kur.

Lindert Gallen-und Leberbeschwerden und fördert die Verdauung.



Entschlackungs-Kur über 6 Wochen – Löwenzahn Blätter Tee

Zutaten: je 2-3 Löwenzahn-, Giersch – und Brennesselblätter

Zubereitung: Die Blätter klein schneiden. 2 Teelöffel dieser Kräutermischung mit 1/4 L siedendem Wasser übergiessen und zudecken. 10 Minuten ziehen lassen.

Anwendung: 3 x täglich 1 Tasse mit zusätzlich 1 Glas lauwarmem Wasser trinken. Regt den Stoffwechsel an, fördert die Entschlackung, blutreinigend.