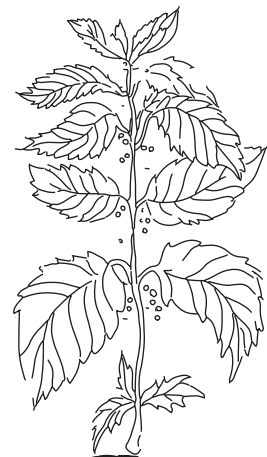


③ Brennnessel

Hier ist Platz für die getrocknete Pflanze
oder ein Bild



Ich bin
in folgenden
Produkten enthalten:

Darm&rein, Darm-Fit
Vitalmix, Wachtel
Spezial Original,
Hühner Premium
Original

Kurzer Steckbrief

Wo kann man mich finden: Nahezu überall. Ich gelte als Stickstoffindikator
(Zeigerpflanze), werde leider durch Herbizide immer mehr zurückgetrieben.

Wann sammelt man mich: Ganzjährig

Wann blühe ich: Ende Juni bis Oktober

Was kann man von mir verwenden: Alles, einschließlich Wurzeln

Welche Stoffe machen mich besonders: Ich enthalte Vitamin C, A, K und E
sowie die Spurenelemente Kalium, Eisen, Silicium und Magnesium
sowie wertvolle Kieselsäure und sekundäre Pflanzenstoffe

Weitere Informationen:

Bei was kann ich Wachtel & Huhn helfen: *Wachtel und Huhn diene ich als wohl eines der stärksten Superfoods der heimischen Flora. Ich habe mehr Vitamin C als Zitrusfrüchte! Durch mein breites Nährstoffspektrum kann ich Gesundheit, Vitalität und Abwehrkräfte unheimlich stärken. Außerdem wirke ich entzündungshemmend und antibakteriell!*

In der Botanik nennt man mich: *Urtica*

Zu dieser Familie gehöre ich: *Brennesselgewächse (Urticaceae)*

Mag ich den Winter? *Den Winter mag ich nicht so.*

Aber im Frühling bin ich super schnell wieder da!

Wie wirke ich: *Die Blätter der Brennessel wirken leicht harntreibend, schmerzstillend und entzündungshemmend. Ihre Wirksamkeit als Heilpflanze wurde auch von der Kommission E bestätigt, einer wissenschaftlichen Sachverständigenkommission für pflanzliche Arzneimittel des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM).“*

Quelle: <https://www.lifeline.de/therapien/heilpflanzen/brennessel-id175477.html>

Bei welchen Problemen kann ich helfen: *Ich kann helfen bei Immunschwächen,*

Entzündungen, Schmerzen und Genesung.

Wie wendet man mich äußerlich an: *als Maske bzw. Umschlag oder Wickel*

in pürierter, entsprechend cremiger Form.

Wie wendet man mich innerlich an: *klein gehackt über das Futter oder pur,*

als Tee oder die Samen anbieten.

Mit welchen Stoffen vertrage ich mich gar nicht:

Tipp: