

Echter Koriander

Coriandrum sativum

Apiaceae · Coriandrum · Apiales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Krautige Pflanze, 30-90 cm hoch. Blätter sind je nach Alter unterschiedlich geformt.

WIRKUNG

Antioxidativ: ja
Herzgesundheit: ja
Entgiftung: ja
Schmerzlinderung: ja

ANWENDUNG

Kulinarisch: {'blätter': 'Salate, Suppen, Currys, Saucen oder als Garnitur.', 'samen': 'Brot, Backwaren, Fleischgerichten oder als Basis für Korianderöl.'}

Medizinisch: {'antispasmodisch': True, 'entzündungshemmend': True, 'antimikrobiell': True, 'diuretisch': True, 'blutzuckerregulierend': True}

Aerztliche verwendung: {'kompressen_hautirritationen': True, 'linderung_insektenstiche': True}

Parfumindustrie: ja

Insektenschutz: ja

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Verdauungsschwäche, Völlegefühl,

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Unterstützung bei krampfartigen Magen-Darm-Störungen, Appetitlosigkeit, Völlegefühl, Blähungen und leichten krampfartigen Magen- und Darmstörungen.

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Ayurveda: {'verwendung_fuer_gastritis': True, 'cooling_effect': True, 'topical_application_skin_conditions': True}

Unani medicine: {'gastritis_diarrhoe_dysentery': True, 'coriander_oil_headaches_muscle_pain': True}

Chinesische medicine: {'menstrual_irregularities_abdominal_pain': True}

BLÜTEZEIT

- Juni-Juli

STANDORT

Liebt warme, mäßig trockene und nährstoffreiche Böden.

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter und Samen in der Küche, Kosmetik- und Parfümherstellung

ERNTZEIT

- Teil: Blatt · Monate: [5, 6, 7, 8, 9] · Hinweis: ...Ernte von Mai bis September...
- Teil: Samen · Monate: [8, 9] · Hinweis: ...Ernte ab August/September... wenn die Blütenstände braun werden.

SAMMELN

- Pflanzenteil: Sammelzeit: Anwendung Koriander kann man wahlweise als Tee, als Tinktur oder als Küchenkraut anwenden. Die häufigste Art, Koriander medizinisch anzuwenden ist der Tee. Tee Für einen Koriander- Tee kann man wahlweise getrocknete Blätter oder zerstoßende Samen verwenden. Die Wirkung der beiden | Pflanzenteile: Blätter, Samen (Früchte), ätherisches Öl

INHALTSSTOFFE

- Flavonoide: ['Quercetin', 'Kaempferol'] · Polyphenole: ['Ferulasäure', 'Syringinsäure'] · Aetherische oel: ['Linalool', 'Geranylacetat', 'Borneol', 'Campher'] · Organische sauren: ['Oxalsäure'] · Vitamine mineralstoffe: {'Eisen': None, 'Kalium': None, 'Calcium': None, 'Folsäure': None, 'Magnesium': None, 'Vitamin C': None, 'Vitamin K': None}

ÄTHERISCHE ÖLE

- Linalool, Campher, Terpin

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

keine

NEBENWIRKUNGEN

Allergien: ['Hautausschlag', 'Asthmaanfälle']

Photosensibilisierung: ja

Asthma: ja

GEGENANZEIGEN

Schwangerschaft: In großen Mengen möglicherweise abführend.

Oxalsaeure: Nierensteine begünstigen kann (bei Menschen mit Nierenproblemen vorsichtig dosieren).

WECHSELWIRKUNGEN

Blutverdünner: ja

Blutdrucksenker: ja