

Estragon

Artemisia dracunculus

Asteraceae · Artemisia · Asterales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Eine Pflanze, die für ihre aromatischen und medizinischen Eigenschaften bekannt ist.

WIRKUNG

Antioxidative, entzündungshemmende und verdauungsfördernde Eigenschaften.

ANWENDUNG

Küche (Gewürz), Naturheilkunde (Tee, Kapseln, Extrakte)

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Verdauungsstörungen, Blähungen, Entzündungen, Stressreduktion, Unterstützung der Leberfunktion

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Hildegard von Bingen erwähnte ähnliche Kräuter und ihre Anwendungen in ihren medizinischen Schriften.

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter

ZUBEREITUNG

- Tee
- Kapseln
- Extrakte

ERNTEZEIT

- Teil: Blatt · Monate: [6, 7] · Hinweis: Beste Ernte kurz vor der Blüte. Biodynamisch empfohlen: Neumond für frische Nutzung. · Mondphase: Neumond

SAMMELN

- Hinweis: Frisch verwenden oder tiefgekühlt lagern. · Bedingungen: Kurz vor der Blüte, wenn das Aroma am intensivsten ist. · Pflanzenteil: Blatt · Reifezustand: vor Reife
- Bedingungen: Nach der Ernte können die Blütenstände genutzt werden. · Pflanzenteil: Blütenstand · Reifezustand: reif

INHALTSSTOFFE

- Ätherische Öle

- Flavonoide
- Polyphenole
- Vitamine und Mineralien
- Bitterstoffe

ÄTHERISCHE ÖLE

- Estragol
- Beta-Caryophyllen
- Alpha-Pinen
- Limonen
- Linalool

IN DER KÜCHE

Gewürz in der Küche

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

Das ätherische Öl enthält bis zu 82 % Estragol und bis zu 39 % Methyleugenol. Bei den für den menschlichen Verzehr relevanten Dosen wurde keine akute Toxizität und keine mutagene Wirkung berichtet (Ames-Test ohne Befund, akuter Grenzwerttest ohne Toxizitätszeichen bei 5000 mg/kg, 1000 mg/kg/Tag im Wiederholungsversuch gut vertragen). Wässrige Auszüge enthalten nur sehr geringe Mengen Estragol und Methyleugenol.

GEGENANZEIGEN

Schwangere, Stillende, Personen mit hormonabhängigen Tumoren (z.B. Brustkrebs)

WECHSELWIRKUNGEN

Zu Wechselwirkungen liegen uns hier keine Angaben vor. Das heißt nicht, dass es keine gibt. Wenn du Medikamente nimmst, frag bitte deine Ärztin oder in der Apotheke nach.