

Moltebeere

Rubus chamaemorus

Rosaceae · Rubus · Rosales · Magnoliopsida



ÜBERLIEFERTES WISSEN

von Inuit und Samen als traditionelles Nahrungsmittel genutzt; auf der finnischen 2-Euro-Münze abgebildet

KULTURELLE BEDEUTUNG

auf der finnischen 2-Euro-Münze abgebildet, in den nordischen Ländern wegen ihrer wirtschaftlichen Bedeutung und kulturellen Bedeutung geschätzt

WUCHS

Perennial

STANDORT

woodland gardens, sunny edges, bog gardens, cultivated beds

SAMMELN

- Monate: [7, 8, 9] · Hinweis: Pflücken vorsichtig ausführen um Früchte nicht zu beschädigen. · Tageszeit: morgens|abends · Bedingungen: Temperatur sollte nicht zu hoch sein. · Pflanzenteil: Frucht · Reifezustand: reif
- Hinweis: Edel und essbar, jedoch keine spezifischen Sammelvorschriften im Text. · Pflanzenteil: Blüte
- Hinweis: Medizinische Nutzung, jedoch keine spezifischen Sammelvorschriften im Text. · Pflanzenteil: Blatt

INHALTSSTOFFE

- citric acid
- isorhamnetin-3-glucuronide
- syringaresinol
- (+)-catechol
- ferulic acid
- cyanidin
- 3,4-bis[(3,4-dimethoxyphenyl)methyl]oxolan-2-one
- pelargonidin 3-glucoside
- pinoresinol
- (s)-cryptoxanthin
- matairesinol
- 3,4-dihydroxycinnamic acid

- isoquercetin
- cyanidin 3-glucoside
- galop
- (2s,3r)-2,3-bis[(4-hydroxy-3-methoxyphenyl)(¹³c)methyl](1-¹³c)butane-1,4-diol
- para-coumaric acid
- secoisolariciresinol
- (+)-isolariciresinol
- miquelianin
- nortrachelogenin
- (4r)-3-(4-hydroxy-3-methoxybenzoyl)-4-[(4-hydroxy-3-methoxyphenyl)methyl]oxolan-2-one
- hydroxycinnamic acid
- cyanidin 3-o-sophoroside
- arctigenin methyl ether
- delta-carotene
- lariciresinol
- p-coumaric acid glucoside
- pelargonidin 3-o-rutinoside
- ferulic acid

IN DER KÜCHE

roh oder gekocht verwendet; reich an Vitamin C

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

keine

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.