



Botanischer Name:	<i>Anethum graveolens</i>
Deutscher Name:	Dill
Familie:	Apiaceae (Doldenblütler)
Inhaltsstoffe:	ätherisches Öl, Cumarine, fettes Öl, Flavonoide, Phthalide
Verwendete Pflanzenteile:	Frucht, Kraut
Vermehrung:	Samen
Sammelzeit:	August bis September
Zubereitung:	1 Teelöffel Früchte oder Sprossspitzen werden mit ¼ Liter kochendem Wasser übergossen und 2–5 Minuten ziehen gelassen, danach abgiessen. 3-mal täglich eine Tasse nach dem Essen trinken.
Geschichte und Herkunft:	Ursprünglich im Mittelmeerraum und Vorderasien heimisch. Heute in den gemässigten Zonen angebaut. Der Papyrus Ebers zeigt, dass Dill im antiken Ägypten als Heilpflanze gegen Kopfschmerzen eingesetzt wurde. Äusserlich wurde es zur Schmerzlinderung und Wundheilung benutzt. Gemäss dem Alten Testament fand Dill auch als Heilmittel gegen Leibscherzen und Blähungen Gebrauch
Wirkungsweise	
<i>Innerlich:</i>	beruhigend, blähungslindernd, harntreibend, krampflösend
<i>Äusserlich:</i>	keine
Verwendung in der Heilkunde	
<i>Innerlich:</i>	krampfartige Beschwerden, Verdauungsbeschwerden
<i>Äusserlich:</i>	keine
Verwendung in der Küche:	in Salaten, Saucen, zu Fischgerichten
Warnhinweise:	keine
Mythologischer Hintergrund:	Die beruhigende Wirkung des Dills gab ihm seinen Namen. So bedeutet altnordisch "dylla" einlullen. Der lateinische Name deutet auf eine andere Eigenschaft des Dills hin, nämlich auf den Geruch. "Graveolens" setzt sich zusammen aus "gravis" = schwer und "olere" = riechen. "Anethum" stammt aus dem Griechischen und leitet sich wahrscheinlich von "aemi" = "ich hauche" ab.