



<b>Botanischer Name:</b>	<i>Pimpinella major</i>
<b>Deutscher Name:</b>	Grosse Bibernelle
<b>Familie:</b>	Apiaceae (Doldenblütler)
<b>Inhaltsstoffe:</b>	ätherisches Öl, Cumarine, Furanocumarine, Gerbstoffe, Kaffeesäurederivate, Polyacetylene, Sitosterole
<b>Verwendete Pflanzenteile:</b>	Wurzel, Kraut
<b>Vermehrung:</b>	Samen
<b>Sammelzeit:</b>	Frühjahr oder Herbst
<b>Zubereitung:</b>	1 Teelöffel Wurzel werden mit 1 Tasse kaltem Wasser angesetzt und für 1 Min. aufgekocht. Danach abgiessen und mit Honig gesüsst trinken. 3– 4 Tassen täglich trinken (Tagesdosis = 6 – 12 g).
<b>Geschichte und Herkunft:</b>	Sie ist in Europa und im Kaukasus beheimatet. Zum ersten Mal erwähnt wurde die Bibernelle von Hieronymus Bock im Jahre 1539. Sie hatte eine hohe Wichtigkeit im Kampf gegen die Pest und Cholera.
<b>Wirkungsweise</b>	
<i>Innerlich:</i>	auswurfördernd, hustenreizstillend, verdauungsfördernd
<i>Äusserlich:</i>	keine
<b>Verwendung in der Heilkunde</b>	
<i>Innerlich:</i>	Asthma, Bronchitis, Beschwerden der oberen Luftwege
<i>Äusserlich:</i>	Keine
<b>Verwendung in der Küche:</b>	in Salaten, Saucen
<b>Warnhinweise:</b>	Keine (da Furanocumarine nur in schwacher Menge vorhanden)
<b>Mythologischer Hintergrund:</b>	Die Herkunft des Namens dieser Heilpflanze ist ungeklärt. Eine mögliche Erklärung wäre, dass pimpinella von lateinisch piper = Pfeffer abgeleitet wurde, was den „bockigen“ Geruch beschreiben würde. Sie war Bestandteil allerlei Liebeszauber und sollte die Frau vor einer Schwangerschaft bewahren.