



| | |
|------------------------------------|---|
| Botanischer Name: | <i>Viola tricolor</i> |
| Deutscher Name: | Stiefmütterchen, wildes |
| Familie: | Violaceae (Veilchengewächs) |
| Inhaltsstoffe: | Schleimstoffe, Flavonoide, Rutin, Gerbstoffe, Peptide |
| Verwendete Pflanzenteile: | Kraut |
| Vermehrung: | Samen |
| Sammelzeit: | Mai bis August |
| Zubereitung: | 1 Teelöffel Kraut werden mit ¼ Liter kochendem Wasser übergossen und 2–5 Minuten ziehen gelassen, danach abgessen. 3-mal täglich 1 Tasse trinken. |
| Geschichte und Herkunft: | Das Stiefmütterchen kommt in den gemässigten Zonen Europas und Asien vor. Die erste Erwähnung des Stiefmütterchens finden wir im „Gart der Gesundheit“(1485) unter dem Namen Freisamkraut. Es wurde zur Behandlung epileptischer Anfälle bei Kindern eingesetzt. |
| Wirkungsweise | |
| <i>Innerlich:</i> | antimikrobiell, antientzündlich, reizmildernd |
| <i>Äusserlich:</i> | antimikrobiell, antiallergisch, juckreizstillend |
| Verwendung in der Heilkunde | |
| <i>Innerlich:</i> | Hautbeschwerden aller Art, Juckreiz, Allergien, Blutreinigung |
| <i>Äusserlich:</i> | Waschungen bei Allergien und Ekzemen |
| Verwendung in der Küche: | in Salaten, Essig, Sirup, Dessert |
| Warnhinweise: | keine |
| Mythologischer Hintergrund: | Nach dem Mythos soll die Pflanze durch Zeus ins Leben gerufen worden sein, um der zur Kuh verwandelten Io als Nahrung zu dienen. Der Name Stiefmütterchen wird durch die Blütenblätter erklärt. Die beiden mittleren Blütenblätter sind mit zwei Farben geschmückt und besitzen je ein Kelchblatt als Stütze, die sogenannten "stolzen Töchter". Zwei Blütenblättchen sind einfarbig und besitzen zusammen nur ein Kelchblatt als Stütze, die "Stieftöchter". In der Mitte steht das grosse Blumenblatt, welches die "Stiefmutter" repräsentiert. |