



Botanischer Name:	<i>Ruta graveolens</i>
Deutscher Name:	Raute
Familie:	Rutaceae (Rautengewächse)
Inhaltsstoffe:	Flavonoide, Cumarine. Alkaloide, ätherische Öl
Verwendete Pflanzenteile:	Kraut
Vermehrung:	Samen
Sammelzeit:	Juni bis August (Zeit der Blüte)
Zubereitung:	Wegen der möglichen Nebenwirkung nicht ohne Anleitung eines Therapeuten.
Geschichte und Herkunft:	Die Raute ist vor allem in Mitteleuropa heimisch. Hauptsächlich findet man sie im Mittelmeerraum. Die Raute wurde bereits in der Antike bei Nieren, Magenbeschwerden und Gelenkbeschwerden eingesetzt. Auch gegen Vergiftungen durch Pilze, Hornissen und Schlangen wurde die Raute gegeben. Sie wurde dem Wein zugegeben, um diesen verträglicher zu machen. Bekannt ist auch die abtreibende Wirkung in der Schwangerschaft.
Wirkungsweise:	
<i>Innerlich:</i>	entkrampfend, beruhigend, antientzündlich, abtreibend
<i>Äusserlich:</i>	antientzündlich
Verwendung in der Heilkunde:	
<i>Innerlich:</i>	Menstruationskrämpfe, Durchfall, Gallenbeschwerden
<i>Äusserlich:</i>	Augenbäder bei Bindehautentzündung, Mund- und Rachenentzündungen, Gelenkbeschwerden
Verwendung in der Küche:	Gewürz vor allem im Mittelmeerraum
Warnhinweise:	Nicht während der Schwangerschaft einsetzen, wirkt abtreibend.
Mythologischer Hintergrund:	Im Brauchtum galt die Weinraute als Mittel zur Abwehr von Bösem. Der herbe, scharfe Geruch hilft Ungeziefer fernzuhalten. Weiterhin soll das Kraut die Lust der Männer zügeln. Als sogenanntes "Gnadenkraut" ist es häufig in Klostergärten anzutreffen. Die Mönche tranken häufig Rautenwein zur Beruhigung.