



**Botti's frische Schweizerkräuter**

[www.bottipflanzen.ch](http://www.bottipflanzen.ch)

**Beinwell**, Arznei-Beinwell, Beinwurz, Bienenkraut, Hasenlaub, Milchwurz, Schadheilwurzel, Schmalwurz, Schwarzwurz, Wallwurz, Komfrei

## **Symphytum officinalis**

**Familie:** Raublattgewächse Boraginaceae

**Vorkommen:** Er ist in Europa, Nordafrika sowie im westlichen und zentralen Asien beheimatet.



**Botanik:** Blütezeit von Mai bis Oktober. Ausdauernde krautige Pflanze und erreicht eine Wuchshöhen von 30 bis 60 Zentimeter

**Standort und Pflege:** An sonnigen Bachufern und sonnig feuchten Orten.

**Verwendung in der Küche:** Die frischen Beinwellblätter weisen einen sehr hohen Proteinanteil auf; diese Proteine sind biologisch sehr hochwertig und in ihrem Nährwert durchaus mit tierischem Eiweiß vergleichbar.

In der Mittelschweiz backt man die Blätter in Teig. Die rauen Blätter des Beinwells eignen sich besonders gut dafür.

### **Natur- und Volksheilkunde:**

**Pfarrer Künzle:** Die Beinwellwurzel verwendet man äusserlich mit grossem Erfolg zu Heilung von Wunden, Schründen, Brüchen, selbst Leistenbrüchen.

**Heilpflanzenkunde Wilhelm Pelikan:** Als Heilpflanze regt sie stark den Ätherleib zu regenerativer Tätigkeit an, entsprechend ihrer eigenen vital-plastischen Natur, hilft aber dabei, diese Tätigkeit mit gesunden Formkräften zu durchdringen, dank ihrer Kieselnatur. Die Wurzel, lässt diese Wirkungen vom Kopf und Sinnes-Nerven-Organismus ausgehen. So erklärt sich die wund- und geschwürheilende, innere Blutung stillende Wirkung, ferner die gute Wirkung bei Magen- und Darmgeschwüren, die Anregung des Periosts, die Knochenerkrankungen, Knochenbrüchen (Beinwell!) zugutekommt.

## **Mehr Infos auf unserer Homepage**

Gärtnerei Moll GmbH  
Grabenmattenstrasse 18  
5608 Stetten

[www.bottipflanzen.ch](http://www.bottipflanzen.ch)

Tel. 056/496'24'94  
Fax. 056/496'84'25  
[info@bottipflanzen.ch](mailto:info@bottipflanzen.ch)