



## Brombeerblätter

### Drogenbezeichnung:

Folium Rubi fruticosi

### Volkstüml. Namen:

Braunbeere, Frombeere, Hirschbollen, Kratzbeere, Moren, Nurr, Rahmbeere, Brämel, Brombesing

### Stammpflanze:

Rubus fruticosus agg.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Rosaceae - Rosengewächse

### Verwend. Pflanzenteile:

Blätter, Früchte

### Herkunftsländer:

Europa, Asien

### Inhaltsstoffe:

Gerbstoffe, Flavonoide, Vitamin C;  
in den Früchten Mineralstoffe, Vitamine,  
Fruchtsäuren



Pflanze



Droge

### Anwendung:

leichten Durchfall, Gurgelmittel bei Entzündungen im Mund- und Rachenbereich, Waschungen bei Hautkrankheiten

### Zubereitung:

Für eine Tasse Tee 2 Teelöffel voll mit kochendem Wasser übergießen und nach 10 Minuten abseihen. Mehrmals täglich eine Tasse frisch bereiteten Tee zwischen den Mahlzeiten trinken.

### Besondere Warnhinweise:

Bei länger als 2 Tage anhaltenden Durchfällen, speziell, wenn diese mit Blut oder Fieber einhergehen, ist ein Arzt aufzusuchen!

### Tipp:

Brombeerblätter selbst fermentieren:

Frische junge Brombeerblätter sammeln, etwas welken lassen, damit man sie mit einem Rollholz (Nudelwalker) leicht zerdrücken kann. Die mit wenig Wasser bespritzten Blätter knotet man dann in ein Leinentuch, das an einem warmen Ort aufgehängt wird. Durch den Fermentierungsprozess entsteht nach 2 - 3 Tagen ein herrlicher Duft, der an Rosen erinnert. Dann wird schnell getrocknet. Den so bereiteten Tee gibt man in ein gut schließendes Gefäß. Dieser gesunde Haustee wird wie schwarzer Tee zubereitet.

Ein noch besseres Aroma erhält man, wenn man 2 Teile frische junge Brombeerblätter und 1 Teil junge Himbeerblätter sammelt und diese dann wie oben beschrieben fermentiert.