



## Ringelblumenblüte

### Drogenbezeichnung:

Calendulae flos

### Volkstüml. Namen:

Butterblume, Goldblume, Ingelblum, Studentenblume  
Sonnenwende, Totenblume, Rinderblume

### Stammpflanze:

Calendula officinalis L.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Korbblütengewächse - Asteraceae (Compositae)

### Verwend. Pflanzenteile:

Blüten

### Herkunftsländer:

Mittel- u. Süddeutschland, Italien, Balkanländer, Rumänien  
Russland, westl. Asien, Syrien, Ägypten



Pflanze



Droge

### Inhaltsstoffe:

Saponine, ätherisches Öl, Carotinoide, Bitterstoffe, Schleimstoffe, Flavonoide

### Anwendungsbereiche:

**innerlich:** entzündungshemmende, leicht krampflösende Wirkung bei Gallen- oder Magen-Darbeschwerden

**äußerlich:** Salben, Tinkturen oder Umschläge bei entzündlichen Erkrankungen der Haut und Schleimhäute sowie bei Wunden, Erfrierungen, leichten Verbrennungen und Quetschungen

### Teezubereitung:

1-2 Teelöffel Ringelblumenblüten mit einem 1/4 lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. 2- 3 mal täglich 1 Tasse Tee trinken.

### Ringelblumensalbe:

200g Schweineschmalz bei niedriger Temperatur schmelzen und 1 Handvoll Ringelblumenblüten zugeben. Durchrühren, 24 Stunden abkühlen lassen. Danach erneut Schmelzen und durch ein Leinentuch in einen Tiegel sieben (bei kühler, trockener Lagerung ca. 6-12 Monate haltbar; vor Gebrauch auf Verfärbungen, Geruch und Schimmelspuren achten!). Diese Salbe kann bei Hautrötungen, rauer und rissiger Haut auf Händen und Füßen sowie Wundrändern verwendet werden. Nicht direkt auf offene Wunden auftragen!

### Ringelblumentinktur:

Ringelblumenblüten mit 70%igem Alkohol im Verhältnis 1:10 ansetzen, 2-3 Wochen ziehen lassen und danach abseihen. Für **Umschläge und Einreibungen** mit gekochtem Wasser verdünnen (1 Teelöffel auf ein 1/4 lt. Wasser). Bei der Anwendung kann es gelegentlich zu Hautreizungen kommen! Kein Dauergebrauch!

### Tipp für die Küche:

**Ringelblumenbutter** Zutaten: 150 g weiche Butter, 1 Prise Kardamompulver, 1 Prise Zimtpulver, 1 Messerspitze Safran zerrieben, 1 Prise Salz, 1 TL Zitronensaft, 2 EL frische Ringelblumenblütenblätter Die Butter cremig rühren, die Gewürze zugeben und die fein geschnittenen Blütenblätter einrühren. Danach kalt stellen einfrieren. Ringelblumenbutter schmeckt kresseartig und passt sehr gut als Aufstrich auf Weißbrot, zu Fischgerichten und zu gegrillten Maiskolben.

### Besondere Warnhinweise:

\* Ringelblumen können allergische Reaktionen auslösen und zu Kontaktekzemen führen!