



## Tausendguldenkraut

### Drogenbezeichnung:

Centaurii herba

### Volkstüml. Namen:

Fieberkraut, Magenkraut, Sanktorikraut, Gallkraut, Apothekerblume, Laurin, Muttergotteskraut, Potrak, Tollhundsakraut, Gartenheide

### Stammpflanze:

*Centaurium erythraea* Rafn

### Botan. Pflanzenfamilie:

Enziangewächse - Gentianaceae

### Verwend. Pflanzenteile:

Kraut

### Herkunftsländer:

Russland, Balkanländer

### Inhaltsstoffe:

Bitterstoffe (Amarogentin und Gentiopikrin), Flavonoide, Triterpene, Phytosterole

### Anwendungsbereiche:

**innerlich:** zur Verdauungsförderung sowie bei Appetitlosigkeit und Magen-Darmbeschwerden

**Gewürz:** zur Likör- und Bitterschnapsherstellung



### Teezubereitung:

1 Teelöffel Tausendguldenkraut mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen.

Als Kaltauszug: 1 gehäufte Teelöffel wird mit einem ¼ lt. kaltem Wasser übergossen und unter gelegentlichem Rühren 6-10 Stunden ausgezogen. Danach abseihen und auf Trinktemperatur erwärmen. 3 mal täglich 1 Tasse mäßig warm und ungesüßt trinken; bei Appetitlosigkeit vor, bei Verdauungsbeschwerden nach den Mahlzeiten.

### Hausrezept für Magenbitter:

15g Tausendguldenkraut

10g Wacholderbeeren

5g Schafgarbenkraut

3g Kalmuswurzel

2g Wermutkraut

Diese Kräutermischung mit 1 Liter Schnaps (Korn oder Obstler) übergießen, bei gelegentlichem Schütteln 2-3 Wochen ziehen lassen und abseihen.

Von diesem Magenbitter 1 Stamperl 1 Stunde vor dem Mittag- und Abendessen einnehmen.

### Tausendguldenkrautwein:

20g Tausendguldenkraut (auch Mischung mit 30g Pfefferminzblättern möglich), je nach Geschmack eine in Scheiben geschnittene Zitrone oder Orange (ungespritzt).

Die Zutaten mit 1 Liter qualitativ hochwertigem Weißwein übergießen, 1-2 Wochen an der Sonne stehen lassen, abseihen und in Flaschen füllen. Dunkel und kühl lagern, ca. 1-2 Monate haltbar.

Anwendung wie beim Magenbitter.

### Besondere Warnhinweise:

\* Nicht anwenden bei Magen- und Darmgeschwüren!

\* Bei akuten Beschwerden, die länger als 1 Woche andauern oder periodisch wiederkehren, ist die Rücksprache mit einem Arzt zu empfehlen!