



# Der Löwenzahn

*Taraxacum officinale* agg.

Korbblütengewächs

## Wirkstoffe

Bitterstoffe, Triterpene, Flavonoide, Vitamin A und C,  
Mineralien (z.B. Kalium), Spurenelemente (z.B. Eisen),  
Phenylcarbonsäure

## Medizinische Anwendung, Wirkungen

positiv ESCOP, Kommission E, HMPC, WHO

harntreibend, cholagog, appetitanregend,  
entzündungshemmend, stoffwechselanregend,  
bindegewebsstärkend, reinigt Körper von Giftstoffen,  
unterstützend für Nieren

Kontraindikationen: Allergie gegen Korbblütler,  
Gallensteinleiden, Gallengangs- und Darmverschluss

## verwendete Teile

alle Pflanzenteile können verwendet werden  
(Blätter, Blüten, Wurzel)

## Zubereitung

Tee aus Wurzel: mit kaltem Wasser übergießen, zum  
Sieden erhitzen, nach 10 min abseihen  
Pflanzenpresssaft  
Tinktur

Salat aus den Blättern, Sirup und Gelee aus den Blüten



...mit dem Milchsaft kann man Warzen  
vertreiben  
...eine Löwenzahnkur im Frühling  
bringt den gesamten Organismus in  
Schwung