

| | |
|-------------------------------------|---|
| Botanischer Name: | Ocimum basilicum |
| Deutscher Name: | Basilikum |
| Familie: | Lamiaceae (Lippenblütler) |
| Inhaltsstoffe: | ätherisches Öl, Hydroxymitsäurederivate, Flavonoide |
| Verwendete Pflanzenteile: | Kraut |
| Vermehrung: | Samen |
| Sammelzeit: | Juni |
| Zubereitung: | 1 gehäufter Teelöffel mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen. 5 Minuten ziehen lassen. Danach abgessen. 1-2 Tassen täglich |
| Geschichte und Herkunft: | Ägypten, Südostasien Wurde wohl von Alexander dem Grossen in den europäischen Raum gebracht. |
| Wirkungsweise: | |
| <i>Innerlich:</i> | antibakteriell, harntreibend, magenstärkend, krampflösend |
| <i>Äusserlich:</i> | entzündungshemmend, krampflösend |
| Verwendung in der Heilkunde: | |
| <i>Innerlich:</i> | Beschwerden im Magen-Darm-Trakt, Erkältungen |
| <i>Äusserlich:</i> | Gelenkschmerzen, muskuläre Verspannungen, rheumatische Beschwerden |
| Verwendung in der Küche: | in Erfrischungsgetränken, Salaten, zu Gerichten der mediterranen Küche |
| Warnhinweise: | <i>keine</i> |
| Mythologischer Hintergrund: | Der Ursprung des Namens ist nicht ganz geklärt. Basilikum wurde wohl von griechisch basileus abgeleitet, was König bedeutet und auf den prägnanten Geruch des Basilikums anspielt. ocimum stammt vermutlich von griechisch ozein ab, das riechen bedeutet und auch wieder auf den Geruch des Basilikums deutet. Eine andere Herleitung wäre die aus dem Indogermanischen. Im Indogermanischen bedeutet die Wurzel ak-/ok- scharf. |

