

Botanischer Name: Ruta graveolens
Deutscher Name: Raute
Familie: Rutaceae (Rautengewächse)
Inhaltsstoffe: Flavonoide, Cumarine, Alkaloide, ätherische Öl
Verwendete Pflanzenteile: Kraut
Vermehrung: Samen
Sammelzeit: Juni-August (Zeit der Blüte)
Zubereitung: Wegen der möglichen Nebenwirkung nicht ohne Anleitung eines Therapeuten.

Geschichte und Herkunft: Die Raute ist vor allem in Mitteleuropa heimisch. Hauptsächlich findet man sie im Mittelmeerraum. Die Raute wird bereits in der Antike bei Nieren, Magenbeschwerden und Gelenkbeschwerden eingesetzt. Auch gegen Vergiftungen durch Pilze, Hornissen und Schlangen wurde die Raute gegeben. wurde dem Wein zugegeben um diesen verträglicher zu machen. Bekannt ist auch die abtreibende Wirkung in der Schwangerschaft.

Wirkungsweise:
Innerlich: entkrampfend, beruhigend, antientzündlich, abtreibend
Äusserlich: antientzündlich

Verwendung in der Heilkunde:
Innerlich: Menstrümpfe, Durchfall, Gallenbeschwerden
Äusserlich: Augenbäder bei Bindehautentzündung, Mund und Rachenentzündungen, Gelenkbeschwerden

Verwendung in der Küche: Gewürz vor allem im Mittelmeerraum
Warnhinweise: *Nicht während der Schwangerschaft einsetzen, wirkt abtreibend.*

Mythologischer Hintergrund: Im Brauchtum galt die Weinraute als Mittel zur Abwehr von Bösem. Der herbe, scharfe Geruch hilft Ungeziefer fernzuhalten. Weiterhin zügelt das Kraut die Lust der Männer und das „Gnadenkraut „ ist häufig in Klostergärten anzutreffen. Die Mönche tranken häufig Rautenwein zur Beruhigung.

