

# Brandnetel

## Urtica dioica

www.vie-jola.nl  
info@vie-jola.nl



Brandnetelfamilie - Urticaceae

### Volksnamen

Bijtnetel, steeknetel, duivelstong

### Planttype:

Vaste plant

### Hoogte:

Tot 200 cm

### Blad:

Gezaagd, met brandharen

### Stengel:

Rechtopstaand, vierkant, behaard

### Bloem:

Wit

### Vrucht:

Nootje (zaadjes)

### Wortels:

Sterk woekierend wortelgestel

### Zaaitijd:

Februari tot en met juni

### Standplaats:

Halfschaduw



Jouw alineatekst

"Ik geef je kracht om alles aan te kunnen"

Gebruikte delen: Toppen voor thee, tinctuur en zalf

## GESCHIEDENIS

De oude Egyptenaren gebruikten Brandnetel tegen klachten als artritis en de Romeinen gebruikten het op de huid om warm te worden. In de middeleeuwen werd het vooral om de vochtafdrijvende werking gebruikt.

## AFKOMST

Noordelijk halfmond en Azië

## MYTHOLOGIE

In sommige oude Europese mythologieën wordt de brandnetel geassocieerd met de godin van de aarde of de natuur, die het lichaam van de aarde beschermt tegen destructieve invloeden.

De brandnetel stond voor de kracht van de natuur zelf: krachtig, maar soms ook onvoorspelbaar. Het kon zowel voor genezing als voor bescherming zorgen, maar werd nooit lichtvaardig gebruikt vanwege zijn branderige eigenschappen.

### Brandnetelsoep

#### Ingrediënten:

200 gr. Brandneteltoppen  
1 ui, eventueel wat bleekselderij  
Groentebouillon in water

#### Bereiding:

Fruit de ui en de bleekselderij glazig en voeg er de geknipte Brandneteltoppen aan toe. Voeg de bouillon met het water erbij en laat even koken. Pureer het geheel tot een gladde massa.

**Toepassing:** Als lunch of voorgerecht

## BOTANISCHE KENMERKEN

### Donkergroen blad:

Veel vitamines en mineralen: opbouwend

### Gezaagd blad:

Prikkelend, stimulerend

### Vierkante stengel:

Weerstandverhogend

### Sterk woekierend:

Aardend, weerstandverhogend

### Brandharen:

Prikkelend, werken als anti-histamine



## BELANGRIJKSTE GENEESKRACHT

### Algemene weerstand:

Zéér reinigend en opbouwend.  
Ondersteunt bij een zwakke weerstand.  
Voorjaarsboost.

### Bloed en bloedsomloop:

Verrijkt het bloed en helpt afvalstoffen af te voeren. Kan ingezet worden bij bloedarmoede en algehele malaise.

### Huid:

Uittrekkend bij vuile wonden en steenpuisten.



Let op!

Er zit een stofje in de Brandnetel die als anti-histamine werkt. Dit kan juist een allergische reactie veroorzaken.

### Belangrijke inhoudsstoffen

#### Looistoffen

Samentrekkend en afvoerend

#### Héél veel vitamines en mineralen

Opbouwend en versterkend

#### Héél veel organische zuren

Ontzurend, reinigend

#### Saponinen

Reinigend

#### Xanthophyl

Antioxidant