

Paardenbloem

Taraxacum officinale

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



Composietenfamilie - Asteraceae

Volksnamen

Pissebloem, leeuwentand

Planttype:

Vaste plant

Hoogte:

Tot 30 cm

Blad:

Getand

Stengel:

Hol, rond, glad, bevat wit melksap

Bloem:

Geel

Vrucht:

Eenzadig nootje (pluis)

Wortels:

Stevig wortelrozet met penwortel die wel tot 90 cm lang kan worden.

Zaaitijd:

Maart tot juli

Standplaats:

Zonnig tot halfschaduw



“Geef mij jouw wens, ik breng het naar de sterren”

Gebruikte delen: Wortels voor tinctuur, bladeren voor thee, bloemhoofden voor siroop

GESCHIEDENIS

In de oudheid werd de Paardenbloem vooral gebruikt bij leverziektes.

AFKOMST

Zuid-West Azië en Europa

MYTHOLOGIE

De engel van de bloemen kwam op aarde om te ontdekken van welke plant ze het meest hield. Ze kwam in haar zoektocht allerlei planten tegen. Als ze hen vroeg: “waar zou je willen wonen”, dan antwoordden ze allemaal dat ze in een gebouw of omheining wilde wonen waar hun kleuren het mooist zouden afsteken. Op een dag ontmoette ze de Paardenbloem, en die antwoordde haar dat hij overal wilde wonen, tussen rotsen, in natte grond, hoog in de bergen of ergens aan zee, en het liefst dáár waar kinderen waren, zodat hij hun harten met vreugde kon vervullen vanwege zijn heldere gele kleur, als van de zon. Daarop koos de engel de Paardenbloem als haar favoriete plant.

Siroop

Ingrediënten:

- 2 volle handen paardenbloemen * 1 liter water
- 300 ml honing
- 1 biologische citroen * schone (steriele) glazen flessen met dop



Bereiding:

Was de bloemen (zonder groen) en doe ze met de citroen in de pan met water. laat een 2-3 minuutjes pruttelen. Haal de pan van het vuur en laat 24 uur staan. Daarna afzeven, het vocht opwarmen tot max. 40 graden. Voeg de honing toe, roer goed door en schenk het in de flessen. Enkele maanden houdbaar. Na openen in de koelkast bewaren.

Toepassing:

Een gezonde toevoeging aan thee, of gewoon aangelengd met water als een drankje, om even de spijsvertering te helpen verteren.

BOTANISCHE KENMERKEN

Gele bloemen:

Spijsvertering

Ingekerfd blad:

Ontkrampend

Ronde, holle stengel:

Werking op holle delen van het lichaam

Stevige wortelrozet, penwortel:

Aardend, weerstandverhogend

Wit melksap:

Bitter, werking op de lever en galwegen

Staat graag in natte grond:

Werking op de urinewegen



Belangrijke inhoudsstoffen

Looistoffen

Samentrekkend en afvoerend

Bitterstoffen

Zet de processen in het lichaam aan.

Etherische olie

Stimulerend en ontkrampend

Héél veel vitaminen en mineralen

Opbouwend en versterkend

Inuline

Bloedsuikerverlagend, Darmbioom verbeterend

BELANGRIJKSTE GENEESKRACHT



Spijsvertering:

Stimulerend op spijsvertering, bij slechte eetlust en trage lever.

Urinewegen:

Stimulerend, sterk afvoerend, bij oedeem en blaasonsteking.

Algemene weerstand:

Sterk opbouwend, bij voorjaarsmoeheid, weinig eetlust en bloedarmoede

Let op!

Met het witte melksap kun je wratten wegstippen, dit kan zwarte vlekken geven