

Basilikum

Aussehen:

Das Basilikum ist ein 30 - 50 cm hohes, einjähriges Lippenblütengewächs, muss also jedes Jahr etwa Mitte Mai neu angesät oder als vorgezogene Pflanze eingepflanzt werden. Die Blätter des Basilikums sind eiförmig bis breit lanzettlich und haben einen ganzen bis undeutlich gezähnten Rand. Seine Blüten sind weiß bis leicht rötlich und stehen in Scheinquirlen in den Blattachseln, wo sie etwa zwischen Juni und September zu sehen sind.

Heilwirkung:

Die wohl bedeutendste Rolle spielt beim Basilikum die Anwendung als Magenmittel. Aus den Blättern kann ein Tee gekocht werden, der unter anderem gegen Blähungen und Magenverstimmungen hilft, was sogar durch das Bundesministerium für Arzneimittel und Medizinprodukte bestätigt wurde. Neben dem Einfluss auf das Verdauungssystem soll Basilikum auch beruhigend auf das Nervensystem wirken und so gegen Nervosität, Depressionen und Schlafstörungen helfen sowie die Schmerzen bei Insektenstichen lindern.



Basilikum

Quelle:

<https://pixnio.com/free-images/2017/03/15/2017-03-15-10-45-10-1152x768.jpg>

Quelle Basilikum-Blüte von Beet-Schild:

<https://archzine.net/wp-content/uploads/2023/06/was-tun-wenn-basilikum-verblueht-ist-basilikum-blueht-in-weiss.webp>