

# Bittergurke

(Momordica charantia)



**Standort/Pflege:** humoser Gartenboden

**Erntegut:** Blätter, Früchte

**Verwendung:** in asiatischen Gerichten, Salaten mit Zwiebeln, Tomaten, Fleisch oder Eiern; junge Blätter als Gewürzkraut

**Wissenswertes:** stark blutzuckersenkende Wirkung; Therapeutikum bei Diabetes mellitus Typ II; Cholesterin- u. blutdrucksenkend; entzündungshemmend, immunstärkend, Fettverdauung stimulierend, gegen Insektenstiche, Brandwunden, Arthritis, Hepatitis, antibiotisch, antiviral, tumorhemmend