



WILDKRÄUTER



Echtes Lungenkraut (*Pulmonaria officinalis*)



Standort/Pflege: nährstoffreiche und kalkhaltige oder Lehmböden;
gleichmäßige Feuchte

Erntegut: Blätter, Blüten

Verwendung: als Tee oder zur Inhalation

Wissenswertes: wird bereits seit dem Mittelalter gegen Lungenleiden eingesetzt; wichtiges Kraut bei Hildegard von Bingen; enthält Kieselsäure, Schleimstoffe, Saponine und größere Mengen Mineralien, wirkt entzündungs- und hustenreizhemmend

