



# WILDKRÄUTER



## Weißer Taubnessel (Lamium album)



**Standort/Pflege:** auf nährstoffreichen, nicht zu trockenen Lehmböden

**Erntegut:** junge Blätter, Blüten, Wurzeln

**Verwendung:** frische Blätter als Salatbeigabe, Wurzeln in Suppen

**Wissenswertes:** gegen Menstruationsbeschwerden, Schlaflosigkeit und Kartharre der oberen Atemwege; äußerlich als Bad oder Umschlag bei Ekzemen, Verbrennungen oder Krampfadern

