

Flora Cretica

Kräuter aus Kreta

Die Insel Kreta ist seit sechstausend Jahren ununterbrochen besiedelt, sie war Mittelpunkt der Minoischen Kultur, der ersten Hochkultur in Europa.

An den Berghängen der Vulkaninsel hat sich eine spezielle, artenreiche Flora entwickelt. Viele Pflanzen, die im gesamten Mittelmeerraum beheimatet sind, entwickelten auf Kreta regionale Unterarten, oder gar eigene Arten, die nur hier beheimatet sind.

Die kargen steinigen Böden und die intensive Sonneneinstrahlung an den Bergfeldern sorgen für intensive Aromen und einen hohen Gehalt an sekundären Pflanzenstoffen. Dadurch sind die Kretischen Kräuter sparsam einzusetzen und dabei hocheffektiv. Die Flora Cretica-Kräuter stammen aus nachhaltigen Wildsammlungen und werden von den dörflichen Genossenschaften gesammelt oder kultiviert.





Kretische Zistrose

Cistus incanus cretica

Als Tee bei Gelenkschmerzen.

Bei Darmproblemen, besonders bei Darm- und Hautpilzen. Hemmt Borrelien in der Entwicklung

Wegen ihres umfassenden Wirkungsspektrums gehört die Zistrose im Mittelmeerbereich seit der Antike zur Basisausstattung der Haus- und Stallapotheke. Gladiatoren nutzten die wundheilende Wirkung der Zistrose, Hebammen desinfizierten damit und stillten Blutungen. Die Zistrose stärkt die Immunabwehr, verändert die Hautausdünstungen und weist dadurch Zecken ab. Zusätzlich hemmt sie Borrelien in ihrer Entwicklung. Sie sollte daher jede Borrelienbehandlung unterstützen. Bei Fehlbesiedlungen im Darm, immer wiederkehrenden Durchfällen hilft die Zistrose die Darmflora zu stärken und das Darmgleichgewicht wieder herzustellen. Sie unterstützt den Körper bei der Bildung von Antikörpern und ist außerdem in der Lage, die Schwermetalle auszuleiten, die als Impfstärker den Seren beigefügt sind. Deswegen sollte Zistrose den Organismus nach Impfungen begleiten.

Zur Teezubereitung übergießt man 2 Esslöffel Teekräuter (= 6 g) mit 1 Liter sprudelnd kochendem Wasser und lässt den Tee 5 Minuten ziehen. Abgebrühte Teekräuter kann man mit ins Futter mischen. Für Wickel, Hautauflagen oder Hautwaschungen bei Verpilzungen gibt man 2 Esslöffel (= 6 g) in 0,5 Liter Wasser und lässt 5 bis 10 Min. köcheln. Pferden kann man 3 bis 5 Esslöffel (= 9 bis 15 g) ins Futter geben. Hunden 1 bis 3 Teelöffel (= 1 bis 3 g) heiß überbrüht als Tee oder mit wenig heißem Wasser überbrüht ins Futter einmischen, Katzen ½ Teelöffel unter das nasse Futter.



Kretischer Salbei

Salvia officinalis cretica

Stärkt Atemwege, Rachen, Magen und Darm.

Belebend, desinfizierend. Vertreibt unerwünschte Keime im Darm. Nicht für säugende Tiere, da Salbei den Milchfluss stoppt

Der Salbei entwickelt auf Kreta niedrige Halbsträucher mit kleinen, stark behaarten Blättchen. So schützen sich die Salbeiblätter vor starker UV-Strahlung und die Pflanze setzt bei der anhaltenden Trockenheit die Verdunstung herab. Die intensive Sonneneinstrahlung und die kargen Böden sorgen für eine außerordentliche Qualität. Der Kretische Salbei hat ein unglaubliches Aroma, seine Wirkung entfaltet er als Tee oder als Futterzusatz. Er lässt sich außerdem hervorragend zum Räuchern nutzen, Salbei reinigt die Atmosphäre im Raum und löst und vertreibt negative Energien. Nach Salbeiräucherungen sollte deswegen gut gelüftet werden. 2 bis 3 Blättchen reichen aus, auch größere Stallungen oder Räume zu reinigen.

Salbeitee zur innerlichen Anwendung eignet sich nicht für tragende und säugende Tiere. Zum Abstillen kann Salbeitee 10 Tage lang gegeben werden: Milchdrüsen sind umgewandelte Schweißdrüsen. Man nutzt also die schweißhemmende Wirkung und der Salbei leitet die Flüssigkeit über die Nieren aus, die Milchbildung wird reduziert. Bei entzündeten Zitzen haben sich Quarkumschläge mit Salbei sehr bewährt.



Kretischer Origanum

Origanum vulgare ssp. cretica

Aromatischer Tee, reich an ätherischen Ölen,
für Verdauung, Atemwege,
bei Darmparasiten, z.B. Giardien



Kretischer Origanum gehört zu den stark keimhemmenden Kräutern, er ist im gesamten Mittelmeer ein beliebtes und wichtiges Heil- und Gewürzkraut. Man nutzt den Origanum bei Problemen im Bereich der Schleimhäute, besonders der Bronchial- und der Darmschleimhäute. Seine keimhemmende Wirkung entlastet und moduliert das Immunsystem, stärkt die erwünschte Darmflora und hemmt gleichzeitig unerwünschte Keime und Gasbildner in der Entwicklung. Die antiseptische Wirkung des Origanos hilft im Bereich der Maul- und Rachenflora, besonders auch bei Entzündungen des Zahnfleisches.

Bei Tieren mit Blähungen sind regelmäßige kleine Gaben des Kretischer Origanum eine großartige Hilfe. Bei Katzen genügt ein Esslöffel aufgebrühter Tee, an drei aufeinanderfolgenden Tagen und man wiederholt das nach einer Woche. Katzen akzeptieren die Kräuter auch in Joghurt eingerührt. Bei Hunden streut man ½ bis 1 Teelöffel Origanumkräuter (= 0,5 bis 1 g) über das Futter, etwa 10 bis 14 Tage lang.



Griechischer Bergtee aus Kreta

Sideritis scardica

Hirtentee · Bergtee, reich an Antioxidantien, zur Verbesserung
der Immunmodulation, Reduzierung von Stress-Anfälligkeit
sowie bei Verdauungsproblemen und Immunschwäche



Griechischer Bergtee ist auf allen griechischen Inseln ein uraltes Hausmittel. Bei Verdauungsbeschwerden (z. B. Blähungen), Schmerzen, Grippe und Erkältungen. Die Hirten tranken ihn abends um entspannt zu schlafen und am nächsten Morgen wieder voll leistungsfähig zu sein. Der Tee wirkt sanft anregend und gleichzeitig entspannend. Wegen des hohen Gehalts an Antioxidantien hemmt er Entzündungen und reduziert Zellstress. Griechischer Bergtee aus Kreta wirkt auf die Magen-Schleimhäute wie ein Säureblocker, ohne dessen unerwünschte Nebenwirkungen. Hunden, die häufig erbrechen, ist eine tägliche Tränke aus Bergtee mit etwas Ingwer eine große Hilfe.

Für unseren Bergtee wird *Sideritis scardica* in den Bergfeldern Kretas angebaut. Geerntet werden nur die blühenden Zweige. Der Bergtee ist leicht und voluminös, 1 gehäufte Teelöffel fasst gerade mal 0,5 g Kräuter. Das ist auch die Dosierung für eine Katze. Einem Hund gibt man 1 bis 1,5 g täglich als Kraut oder Tee, bei starker Neigung zu Erbrechen oder Reflux kann die Menge verdoppelt werden. Pferde bekommen 10 g (ca. 4 gehäufte Esslöffel voll) täglich bei Magenproblemen.

Griechischer Bergtee aus Kreta

Art. Nr. 500020

200 g · 14,00 €

Kretischer Origano

Art. Nr. 500018

250 g · 12,00 €



Kretischer Salbei

Art. Nr. 500019

200 g · 12,00 €

Kretische Zistrose

Art. Nr. 500021

200 g · 12,00 €

Wir konnten für Sie ein kleines Sortiment dieser Kräuter sichern. Die Berg-Kräuter wachsen in Terrains, in denen aufgrund der schwierigen Bodenbedingungen keine Landwirtschaft im traditionellen Sinne möglich ist. Kräuter, die diese mageren Böden bevorzugen und dabei ihre besonderen Ansprüche an das Klima stellen, finden auf Kreta ausgezeichnete Bedingungen. Das ermöglicht den Dorfbewohnern abseits der Touristenzentren einen Zusatzerwerb.

Die Ernte der Pflanzen, das Verlesen und das Trennen der Blätter von den Stängeln sind mit viel Handarbeit verbunden. Nur so kann nachhaltig und schonend mit den natürlichen Ressourcen umgegangen werden. Darin liegt auch die hohe Qualität unserer Flora Cretica-Kräuter, ihre besondere Wirksamkeit und ihr sparsamer Einsatz.



PerNaturam GmbH

An der Trift 8

56290 Göttenroth

Tel. Zentrale · Bestellannahme: 0 67 62 / 96 36 2 - 0

Telefax:

0 67 62 / 96 36 2 - 222

E-Mail:

bestellung@pernaturam.de

Tel. Beratung:

0 67 62 / 96 36 2 - 299

E-Mail:

beraterteam@pernaturam.de



0 67 62 96 36 2 0

08/2019