## Wilde Möhre

## Daucus carota

## Apiaceae/Doldengewächse

weitere Namen Eselsmöhre, Gelbe Möhre, Gelbe Rübe, Mohrrübe, Morich,

Mörle, Vogelnestchen, Wörtel

Standort Hausgarten/Sandböden,

sonnige Wiesen, Böschungen

Pflanzenhöhe bis 90 cm

Blütenfarbe weiß mit schwarzer Blüte

in der Doldenmitte

Blütezeit Juni bis Juli

Inhaltsstoffe Zucker, Vitamine B1, B2, C, Provitamin A (Beta-Carotin),

Carotinoide, Flavonoide, ätherisches Öl, Mineralstoffe

Heilwirkungen stoffwechselanregend, harntreibend, entzündungshemmend,

appetitanregend, Gelbsucht, roher Wurzelbrei b. Sonnenbrand,

Hautentzündungen, Verbrennungen und offenen Beinen,

Verbesserung der Sehschärfe (Dämmerungssehen)

Verwendung (getrocknete) Wurzel für Gemüse, Saft und Tee, Frischverzehr,

Tee aus Wilde-Möhre-Samen

An Neujahr soll man als erste Speise Möhren essen, dann geht einem das Geld nicht aus. Karottenöl ist ein hochwertiges Haarpflegemittel bei trockener Kopfhaut. Es regt die Talg-drüsen des Haarbodens an, und auch Pflegemittel für die Haut. Carotinoide sind Antioxidantien und sollen vor Krebs und Hauterkrankungen schützen, wobei das Beta-Carotin zunächst vom Körper zu Vitamin A verstoffwechselt werden muss, um das hohe antioxidative Potential frei-zugeben. Die vor allem in der Wilden Möhre enthaltenen Polyacetylene besitzen eine nach-gewiesene starke antikanzerogene Wirkung. Da diese einen bitteren Geschmack verursachen, werden sie zum größten Teil aus der Kulturmöhre herausgezüchtet. Der deutsche Kinderarzt Prof. Dr. Ernst Moro hatte 1908 in der Heidelberger Kinderklinik mit einer Möhrensuppe gegen akuten Durchfall so großen Erfolg erzielt, dass diese seitdem in der Pädiatrie nicht mehr wegzudenken ist. Die in der Möhre enthaltenen Oligogalkturonsäuren hindern die krankheits-erregenden Darmbakterien daran, an der Darmwand anzuhaften. Aufgrund der Signatur der Wurzel wird die Möhre seit dem Altertum als Aphrodisiakum versucht. In der Homöopathie werden Zubereitungen aus Daucus carota bei Konzentrationsstörungen, Antriebsschwäche, mangelnder Wachheit und Depressionen mit dem Fehlen der "inneren Mitte" verordnet.



Quellen: Siegrid Hirsch und Felix Grünberger – Die Kräuter in meinem Garten Die Texte in dieser Form dürfen ausschließlich für private Zwecke genutzt werden. Eine Vervielfältigung – auch auszugsweise – oder gewerbliche Nutzung ist NICHT erlaubt!

WildkräuterFEENführungen Martina hELFErt – Teckstraße 25 – 72666 Neckartailfingen