

Knoblauch-

eine der ältesten Kulturpflanzen



Gliederung

- ▶ Botanische Beschreibung der Art
- ▶ Geschichte
- ▶ Inhaltsstoffe
- ▶ Anbau und Ernte
- ▶ Konservierung
- ▶ Verwendung
- ▶ Wirkung auf den menschl. Körper
- ▶ Quellen



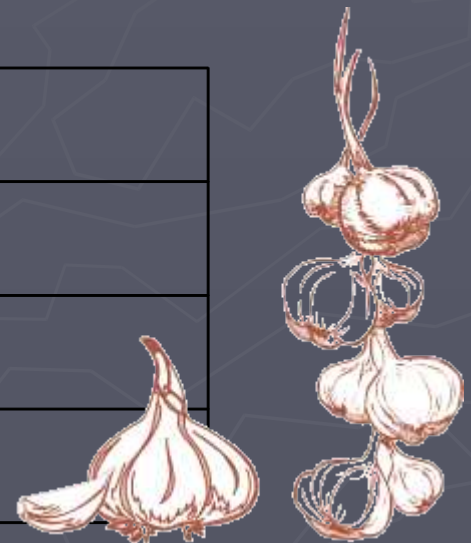
Botanische Beschreibung der Art

1. Namen

Botanischer Name: **Allium sativum L.**

Familie: **Alliaceae**

deutsch	Knoblauch
niederländisch	Knoflook
französisch	ail
englisch	common garlic





2. Beschreibung (1)

 Zwiebel und Lauchgewächse


 Mehrjährig

 Vermehrt sich über seine zahlreichen Zwiebeln

 hat einen aufrechten, bis zur Hälfte beblätterten Stängel, und wird 30-80 cm hoch

 Blätter sind flach, 1-2 cm breit und gekielt

 keine dominierende Hauptzwiebel, sondern viele Nebenzwiebeln

 Diese sog. "Zehen" mit weißlich-grüner bis violetter Haut stecken in einer trockenen, weißlichen Hülle, die deren Form nachzeichnet,

2. Beschreibung (2)



Blütenstand : wenigblütige Scheindolde, in der viele, oft mehr als Blüten vorhandene bis 1 cm große Brutzwiebeln sitzen.



langes Hüllblatt schließt den Blütenstand ein, überragt diesen spornartig und fällt später ab



Die Blüten sind blassrosa oder grünlich-weiß, die Blütenstiele 2-5 cm lang.



blüht von Juni-August



geerntet von September-Oktober



Geschichte



Ägypten war das Knoblauchland des Altertums, er galt dort als heilige Pflanze

Berühmt ist, worüber Herodot berichtete, dass beim Bau der Pyramiden von den Arbeitern Knoblauch gegessen wurde.

Der Besuch von Tempeln war Knoblauchessern untersagt und die vornehmen Leute aßen ihn nicht mehr

Seither hängt ihm der Makel des Unfeinen an und er galt als Essen armer Leute.

Für das Fest der Ceres, der Göttin der Fruchtbarkeit, stellten die Römer einen Liebestrank aus Knoblauch und Koriander her.

Im Mittelalter galt er schließlich sogar als Mittel gegen die Pest, da er Bestandteil des Vierräuber- oder Pestessigs, Acetum aromaticum war.

Die alten Hebräer trugen ihn als Talisman um den Hals



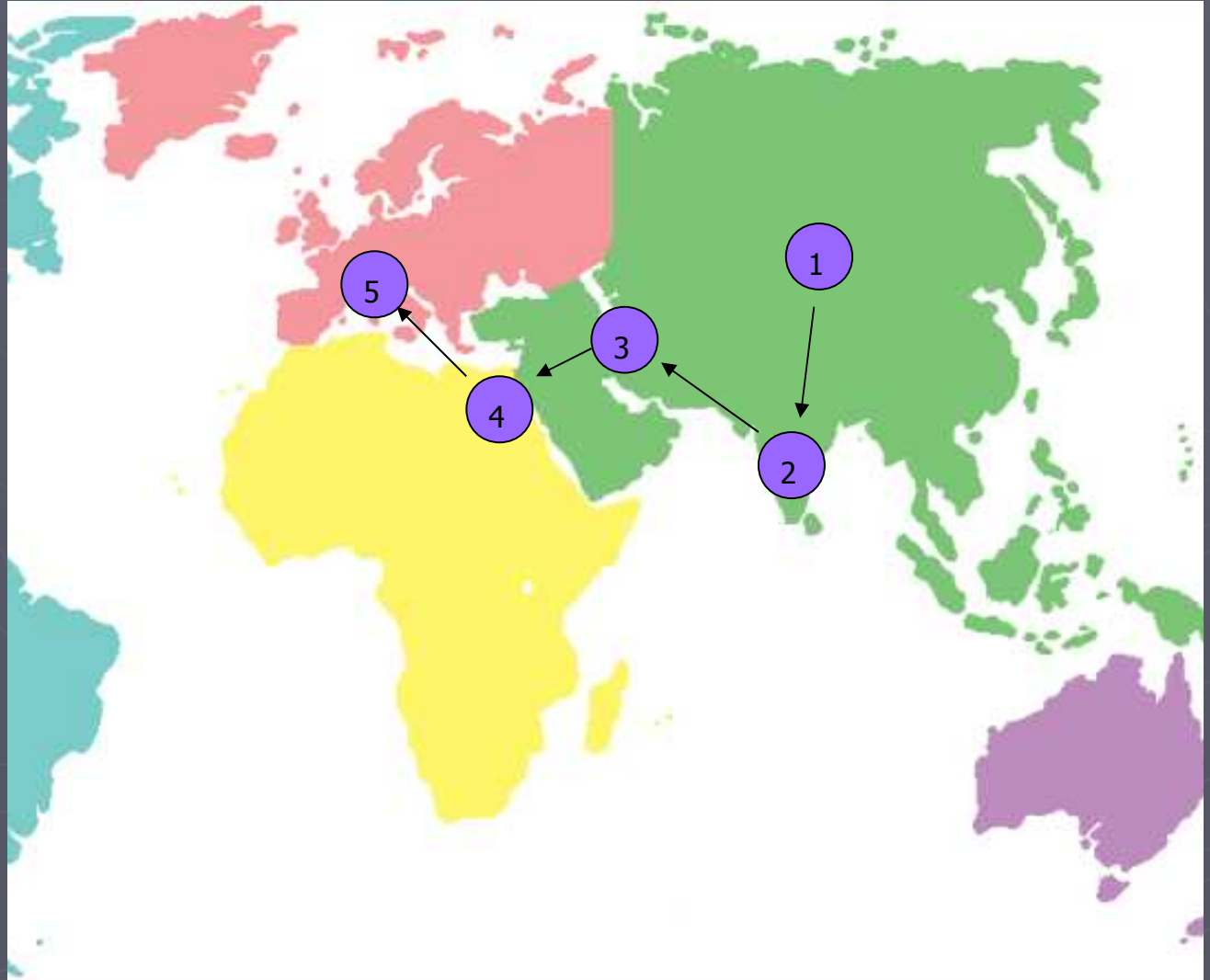
In Volksmedizin und Aberglaube spielte und spielt noch heute der Knoblauch in ganz Europa eine wichtige Rolle.

Sagen sprechen ihm beschwörende Wirkung gegen Hexen und Teufel zu. Legendär ist ja seine abschreckende, geradezu lähmende Wirkung auf Vampire.

Er half gegen Bakterien, wenn in den Kesseln das Wasser faulte und ungenießbar wurde.

Der Weg der „Knolle“

1. Steppen Zentralasiens
2. Altindien
3. Vorderasien
4. Ägypten
5. Nach Westen und Norden (zu den Griechen, Römern, Galliern und Germanen)



Inhaltsstoffe

Ätherisches Öl
Alliin
Alliinase
Allicin
Diallyldisulfid
Diallyltrisulfid
Vitamine A, B1, C,
Nicotinsäureamid
Cholin
Jod
Mineralstoffe wie Eisen,
Kalium, Kalzium, Phosphor
Rhodanwasserstoffsäure



Anbau und Ernte

1. Anbau

Knoblauch gedeiht am besten auf schweren, tiefgründigen, humusreichen Böden, die nicht zu feucht und nur leicht gedüngt sein sollten.

Er liebt einen sonnigen Standort

Gesteckt werden die einzelnen Zehen von Mitte März bis Ende April oder von Mitte September bis Anfang Oktober im Freiland. Empfehlenswert sind die Herbstpflanzungen, da die Erträge dann höher sind.



2.Ernte

Die Ernte erfolgt im August, wenn die Blätter braun werden und sich das Laub teilweise einzieht.

Nach der Ernte lässt man den Knoblauch noch 2 - 3 Tage zum Trocknen in der Sonne liegen.

Anschließend wird er mit dem eingetrockneten Laub zu Zöpfen zusammengebunden und an einem trockenen und luftigen Ort aufgehängt.



Konservierung

- ▶ Am besten ist der getrocknete Knoblauch, der in einem kühlen, jedoch frostfreien , trocknen und luftigen Raum aufbewahrt wird.
- ▶ Die Knoblauchzehen lassen sich gut in Öl oder Essig einlegen und eignen sich hervorragend zur Herstellung von Knoblauchsatz.



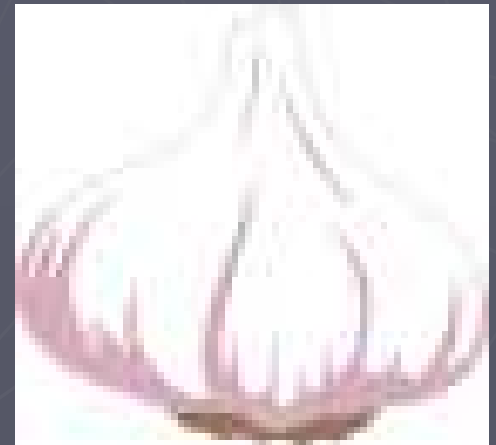
Verwendung

1. In der Küche

Auch das grüne Kraut wird gerne genommen, da es milder im Geschmack ist.

Bei Salaten genügt es meistens schon, wenn man die Schüssel mit einer Knoblauchzehe ausreibt.

Zerkleinert oder gepresst nimmt man Knoblauch zu Fleischgerichten, Soßen, Suppen, Käse, Quarkspeisen, Kräuterbutter, Eintopfgerichten sowie bei der Gemüse- und Wurstzubereitung.



2. In der Volksheilkunde

Um eine störende Geruchsbildung nach der Einnahme von Knoblauch Arzneimitteln zu minimieren, werden moderne Knoblauch-Arzneimittel in Kapselform so konzipiert, dass eine dünn Darmlösliche Gelatinekapsel die Knoblauchwirkstoffe erst am Ort der Wirkstoffaufnahme freigibt.

Denn man darf die Geruchsbildner nicht vom Knoblauch abtrennen, da sie mit dem Wirkprinzip identisch sind.

Zur Anwendung kommen standardisierte Präparate, da das wirksame Alliin- Allinase-System nur frisch bzw. schonend getrocknet wirksam ist.



Wirkung (1)

- bei Blähungen
- antibiotisch (durch das Allicin)
- gefäßerweiternd
- cholesterinsenkend
- gegen Bluthochdruck
- bei allgemeiner Schwäche
- leistungssteigernd
- bei Leberzirrhose
- bei Krebs
- Zahnschmerzen,
- Ohrenschmerzen,



Wirkung (2)

- ▶ gegen Hysterie,
- ▶ gegen Schuppen.
- ▶ Allicin hemmt bereits in einer sehr geringen Konzentration die Entwicklung von Pilzen, Bakterien und schädlichen Amöben. Knoblauch wirkt demnach
 - bakterizid und
 - fungizid

Er wird deshalb gegen

- Amöbenruhr
- Bakterienruhr
- Pneumokokkenpneumonie
- Diphtherie
- Infektiöse Hepatitis
- Trichomoniasis (Parasitenbefall der weiblichen Geschlechtsorgane) eingesetzt



Wirkung (3)

- ▶ Speziell in der klassischen chinesischen Medizin wird Knoblauch genutzt um:
 - Die Verdauung zu fördern
 - Gegen Parasiten und Würmern im Darm
 - Gegen Tumorwachstum
 - Bei erhöhtem Blutdruck
 - Bei Tuberkulose
 - Durchfall
 - Abzessen
 - Bei zu hohem Cholesterinspiegel
 - Nasenbluten

Wirkung (4)

- bakteriellen Infektionen
- Grippe, Erkältung, Husten
- Chronischer Bronchitis
- Arteriosklerose
- Bei Candida und anderen Pilzinfektionen
- Fußpilz
- Scheidenentzündungen
- Schlangenbissen
- Insektenstichen



Quellen

- ▶ Herbes – „Kräuter und Knoblauch“
- ▶ Unipart – „Kräuter und Gewürze“
- ▶ Hirzel – „Gesunde Gewürze“
- ▶ Monika Kellermann – „Kräuter Gewürze“
- ▶ <http://www.Biogemuese.com>
- ▶ <http://www.biozac.de>