



## Erlesene Raritäten ... direkt aus unserem Partnerbetrieb in Sri-Lanka

Der südostasiatische Inselstaat im Indischen Ozean ist der wohl bekannteste Tee-Exporteur der Welt.

Die klimatischen Bedingungen dieser tropischen Insel sind auch für die Anzucht von hochwertigen Jungpflanzen wie geschaffen.

Wir freuen uns, in Zusammenarbeit mit unserem asiatischen Partnerbetrieb, einen kleinen Beitrag zur Entwicklungshilfe in dieser „sehr armen“ Region der Erde beisteuern zu können.

Unser Partnerbetrieb produziert bereits seit geraumer Zeit erfolgreich zahlreiche Heil- und Genusskräuter für den asiatischen Markt.

Falls Sie aufgrund der Vielzahl dieser Raritäten noch etwas unentschlossen sind, so halten wir für Sie auch ein kompaktes **Probe-Pack** als Mischung (mit 400 Pflanzen) mit den wichtigen Hauptprodukten zum Kennenlernen bereit.



## Wichtige Information für Ihre Bestellung

### Bewurzelte Jungpflanzen

Geliefert werden kräftige, bewurzelte Jungpflanzen im 3,5 cm Cocustopf.

**Einziger Liefertermin:** circa Kalenderwoche 15 (für diese Saison geplant)

**Vorbestellzeit:** bis Ende Dezember! (keine Reserveproduktion)

**Versandeinheiten:** 100 Stück pro Sorte (auch halbe Einheiten sind möglich)

### Asthisamharaka

{*Cissus quadrangularis*}

„Des Teufels Rückgrat“ seit der Antike, besonders in Indien und Afrika genutztes Heilkräuter. Studien belegen, dass es die Heilung & Stärkung der Knochen begünstigt.

Es stärkt zudem Gelenke, Sehnen, Bindegewebe, Bänder und regeneriert die Muskulatur. Ideal für alle Sportler. Es belebt den Aufbau fettfreier Masse und unterstützt das Wunschgewicht. Die kletternde, kaktusartige, raschwachsende Pflanze braucht wenig Wasser. Verwendet werden getrocknete, zerkleinerte Blätter und Stämme, Cissus kann bei ca. +10°C problemlos überwintern.

### Aloe Vera

{*Aloe Vera*}

Die Zimmerpflanze als lebende Hausapotheke – bekannt für viele Kosmetikprodukte. Aloe wirkt bei Sonnenbrand, Verbrennungen, Insektenstichen und bei Hautverletzungen. In Asien wird der Saft der sukkulenten Blätter wie Seife oder zur Haarwäsche genutzt, dieser Saft ist auch essbar und wird Joghurts, Salaten und Getränken beigemischt. Selektion mit hohem Wirkstoffgehalt und raschem Wuchs. Frostfrei, trocken und schattig überwintern.

### Ceylon Spinat

{*Basella alba-red*}

Purpurrote, kräftige Stiele und fleischige, dunkelgrüne Blätter mit roter Aderung, rascher Wuchs.

Dieser orientalische Spinat hat reichlich Vitamin- und Mineralstoffe und ein sehr angenehmes Aroma. Nicht nur die frischen Blätter schmecken in Salaten hervorragend, auch gekocht in Suppen und Soßen ist er in Südostasien sehr beliebt.



## Gewürzllilie

{*Kaempferia galanga*}

Die „Meditations-Pflanze“ schlechthin, alle Pflanzenteile duften stark anregend neben dem betörenden „Asia-Duft“ zeigen sich wunderschöne, essbare weiß-violettfarbene Blüten. Rhizome und Wurzeln sind (wie beim Thai-Ingwer) bei Fleisch, Reis, Suppen, Curry und in Gemüsegerichten sehr beliebt. In Malaysia auch für Süßspeisen, Fisch- und Reisgerichte. Als geschätzte Heilpflanze wirkt sie besonders gut bei Kopfschmerzen und Magenproblemen, jedoch auch bei Erkältungen, Zahnschmerzen, Rheuma oder äußerlich zur Haarpflege und in Kosmetika. Auch in „Wellness-Drinks“ sehr beliebt und als wohlschmeckender Tee steigert die „geistige Klarheit“, die Psyche und stimuliert das Bewußtsein. Die Gewürzllilie braucht viel Wärme (min. +18°C) und liebt Feuchtigkeit, sie kann im Winter einziehen.



Ingwer, Knollen

## Henna

{*Lawsonia inermis*}

Der duftende, laubabwerfende Strauch (bzw. kleine Baum) wird seit der Antike in Afrika und Asien angebaut. Getrocknete oder frische Blätter, zu einer Paste verarbeitet, dienen zum Färben der Haut (Henna-Tattoos) bzw. der Haare und Fingernägel oder zum Färben von Stoffen und Leder. Die Blüten finden in Parfüms ihren Einsatz. In der Ayurveda als Tee zum Gurgeln bei Halsschmerzen, bei Durchfall, bei Magenverstimmungen und als Hilfsmittel zum Abnehmen und auch zur Erhöhung der Fruchtbarkeit der Frau bekannt. Henna wirkt infektiös- und keimhemmend und wird daher äußerlich oft bei Hautproblemen eingesetzt. Henna benötigt im Winter einen frostfreien, besser einen warmen Standort.



Henna

## Ingwer

{*Zingiber officinalis*}

In der Küche und für medizinische Zwecke bei uns seit dem 9. Jahrhundert bekannt. Diese scharfwürzige Knolle kann man für fast alles nutzen, Suppen, Fleisch, Fisch, Gemüse, Getränke (Ginger-Ale), Tee, Desserts, Back- und Süßwaren. Er wirkt stärkend und stimulierend, antibakteriell, antiviral -besonders gut bei Erkältung, Fieber, Asthma, Rheuma, Magenschmerzen und bei Seekrankheit. Raschwachsend, wärmebedürftig, mäßig feucht halten, im Winter als Zimmerpflanze bzw. nach Einzug der schilfartigen Blätter bei min. +10°C überwintern.



Katappenbaum

## Katappenbaum, Seemandelbaum

{*Terminalia catappa*}

Historisch dienen die Blätter (bzw. Rinde) zur Behandlung bei Durchfall, Leber- und Krebserkrankungen. Auch in der Aquaristik bzw. Fischzucht beliebt zur Verbesserung der Wasserqualität und zur Behandlung gegen Bakterien, Pilze und Parasiten. Das gut nutzbare, elastische, rote Holz und die Rinde wird auch zum Färben verwendet. Raschwachsender, meist an den Stränden des Pazifik vorkommender, schattenspendender Laubbaum mit essbaren Früchten.



Kreppingwer

## Kokilaksha, Neeramuiya

{*Hygrophila spinosa*}

Besonders robuste, feuchtliebende Pflanze mit schönen, purpurfarbenen Blüten. Wächst in Indien gerne dicht am Wasser. Dort findet sie überwiegend als Aphrodisiakum, aber auch durch die entwässernde Wirkung bei Nierensteinen, Blasen- und Nierenproblemen, Leberleiden, Rheuma, Gicht und bei bakteriellen Infektionen ihren Einsatz. Der Anstieg von Testosteron und Spermien wurde durch einige Studien nachgewiesen. Sie ist pflegeleicht, robust, aber sehr feuchtliebend. Neben den Blättern sind auch die Samen und Wurzeln nutzbar.

## Kreppingwer, Kostwurz

{*Cheilocostus/Costus speciosus*}

Als Zimmerpflanze wegen ihrer wunderschönen, weißen, „Krepp-Papier“ ähnlichen Blüten sehr beliebt. In Südostasien und Indien werden die essbaren, abgekochten Rhizome bei Husten, Verdauungsproblemen (abführend), bei Durchfall und bei Hautproblemen genutzt. Die östrogenhaltige Pflanze wirkt entzündungshemmend, gallenfördernd und ist auch bei Schwindel und Kopfschmerzen sehr hilfreich. Kreppingwer ist einfach zu halten und recht schädlingsresistent. Im Sommer feucht halten, jedoch im Winter etwas sparsamer gießen.



Kurkuma

## Kurkuma, Gelbwurz

{*Curcuma longa*}

Der „indische Safran“ ist ein hochwachsendes Rhizom der Ingwerfamilie und gibt dem Curry eine gelbe Farbe. Das „heiße“ Gewürz der Ayurveda wird auch zum Färben genutzt. Die Rhizome dieser Superknolle sind scharf; gemahlen und getrocknet jedoch sehr mild. Junge Blätter schmecken wie Dill. Es wirkt kräftigend und erfrischend, stärkt Herz und Kreislauf und senkt den Cholesterinspiegel. Bei Gelbsucht, Leberleiden, Rheuma, Koliken, Erkältungen, es wirkt krebshemmend bzw. äußerlich antiseptisch und entzündungshemmend. Das „Multifunktionskraut“ für die Hausapotheke und in der Küche wird seit vielen Jahrtausenden genutzt. Kurkuma benötigt Wärme und reichlich Zeit zum Austreiben (ca. 2-3 Monate).



## Mui-Tau Koriander

{*Eryngium foetidum*}

Dieser urwüchsige, überaus bizarr wirkende und besonders schöne Koriander wird in Asien und Mittelamerika (hier als mexikanischer bekannt) wie der „gewöhnlicher Koriander“ genutzt. Die langen, fleischigen Blätter mit gezacktem Rand haben ein wunderschönes Aroma, dieses ist noch intensiver und etwas kräftiger als bei anderen Arten.

Als einzige Sorte eignet er sich zudem auch zum Trocknen. Geringe Mengen werden wie Lorbeer mitgekocht. Mui-Tau eignet sich ideal für Suppen und alle Thai Gerichte, auch frisch gehackt in Salaten sehr deftig und besonders delikater.



## Nagarmotha

{*Cyperus scariosus*}

Auf der Oberseite der schmalen Stängel zeigt sich die schöne, schirmartige Blätterkrone. Die tiefbraunen, aromatischen Knollen werden in Indien zur Aromatherapie und für viele verschiedene Räucherprodukte mit dem typisch „indischen Geruch“ genutzt. Zudem findet es in Haut- und Haarpflegeprodukten, welche die Talgdrüsen anregen sollen, bei Geschlechtskrankheiten und in zahlreichen Parfümölen seinen Einsatz. Traditionell wird Nagarmotha auch zur Behandlung bei Durchfall und bei allgemeiner Schwäche angewendet.



## Niembaum, Neem

{*Azadirachta indica*}

Der berühmte Niembaum wird in Indien seit Jahrtausenden medizinisch genutzt, er stärkt das Immunsystem, wirkt beruhigend, blutreinigend, antibakteriell, antiviral und bei Hautproblemen. Überaus nützliche Heilpflanze für zahlreiche Anwendungen, zudem sehr bekannt als biologisches Mittel gegen Pflanzenschädlinge und Pilzkrankungen. Rascher Wuchs, verträgt problemlos hohe Temperaturen und Trockenheit. Kübelpflanzen sollten kühl und frostfrei bei circa +12°C überwintert werden.



## Noni, indische Maulbeere

{*Morinda citrifolia*}

Dieser einzigartige, aus der Südsee stammende, kleine Laubbaum verdankt seine „Berühmtheit“ dem aus seinen Früchten gewonnenen Saft.

Er wirkt antibakteriell, schmerzlindernd, entgiftend, beruhigend und blutdrucksenkend – ein echtes, kleines Wunder aus der Natur!

Auch die Blätter und Wurzeln verfügen über diese Eigenschaften, zudem wirkt er immunsteigernd, krebshemmend, entgiftend und befreit auch die Atemwege.

Kurzum, Noni steigert das Wohlbefinden und erhöht die Widerstandskraft enorm. Die herben Früchte zeigen sich bereits im ersten Jahr und werden in der Südsee auch frisch verzehrt.

Noni bevorzugt sonnige, warme Standorte und gerne auch sandige, gut durchlässige Erden.



## Pandanus, Pandan-Palme

{*Pandanus amaryllifolius*}

Der intensive Duft, welcher sich erst beim Trocknen oder Kochen der schilfartigen Blätter entfaltet, ist legendär für den indonesischen Pandan-Reis. Das geschmacksverstärkende, kräftig nussige Aroma wird in ganz Südostasien von Indien bis Neuguinea zu Reis, Gemüse und Currygerichten geschätzt. In Streifen gerissene Blätter werden wie Lorbeer mitgekocht, aber nicht mitgegessen. Äußerlich hilft der Blättersaft auch gut gegen Rheuma. Die mehrjährigen Kübelpflanzen sollten nicht kühler als +15°C stehen.

## Pfeffer, schwarzer

{*Piper nigrum*}

Der aus Indien stammende echte Pfeffer ist eines der ältesten und meist genutzten Gewürze überhaupt. Weniger bekannt ist, dass er auch antibakterielle und fiebersenkende Eigenschaften besitzt.

Geerntet werden die grünen Körner, das prickelnde Aroma der Kletterpflanze kann auch direkt von der Pflanze genascht werden. Eine der wenigen Sorten, die überhaupt bei uns fruchten und das bereits im ersten Jahr. Schwarzer Pfeffer benötigt einen besonders warmen Standort mit mind. +20°C, hohe Luftfeuchte, er verträgt auch Schatten, sollte jedoch bis auf den Hochsommer bei unserem Klima drinnen oder im Wintergarten gehalten werden.

### **Punarnava, Verjüngungskraut**

{*Boerhavia diffusa*}

Traditionelles, indisch-asiatisches Heilkraut mit regenerativ, stärkenden und verjüngenden Eigenschaften. Wird oft bei Muskelschmerzen, Hexenschuß und bei Magenschmerzen angewendet, es wirkt zudem blutreinigend, zellverjüngend, entwässernd und ist sogar bei Asthma und bronchialen Infekten sehr hilfreich. Auch als Hilfsmittel zum Abnehmen und als Aphrodisiakum bekannt. In der indigenen Medizin wird es seit Jahrhunderten verwendet. Meist wird ein Tee aus frischen Blättern zubereitet. Kompakter, aber schneller, „spinnen-netzartiger“ flacher Wuchs. Anspruchslose Kultur, mehrjährig und angeblich sogar winterhart, auf eine regelmäßige Düngung sollte man jedoch unbedingt achten.



Pfeffer, schwarzer

### **Rau-Muong, chinesischer Wasserspinat**

{*Ipomoea aquatica*}

Das vietnamesische „National-Gemüse“ wird in ganz Asien gekocht, getrocknet, gedünstet, frittiert und für zahlreiche Speisen und Salate genutzt. Dieses sukkulente Blattgemüse hat reichlich Vitamine, Aminosäuren & Anti-Oxidantien und ist zudem sehr leicht zu halten. Das ganze Jahr über kann bei ausreichend Wärme bereits nach einem Monat geerntet werden. Rau Muong ist in der echten, asiatischen Küche unverzichtbar und findet auch medizinisch bei Darmproblemen wie Verstopfung bzw. Magenschmerzen und auch als „edles“ Futtermittel in der Landwirtschaft seinen Einsatz.



Punarnava

### **Thai-Ingwer, großer Galgant**

{*Alpinia galanga*}

In Thailand und Indonesien ist das angenehm schmeckende Küchenkraut besonders beliebt. Die Rhizome wirken körperwärmend (z.B. gegen kalte Füße), verdauungsfördernd, antibakteriell, reinigend und werden oft für Curry-Pasten genutzt. In Russland ist er auch als Aromazusatz in Getränken sehr beliebt. In der Hildegardmedizin als von Gott gesandtes „Gewürz des Lebens“ benannt. Die Blüte erinnert an Orchideen, Temperaturen ab +20°C sind für den Zuwachs vorteilhaft. Im Winter ist ein kühler, aber frostfreier Standort von Vorteil.



Thai-Ingwer

### **Vasica, indisches Lungenkraut**

{*Justicia adhatoda*}

Auch als Malabarnuss, seit Jahrtausenden in der Ayurveda überaus geschätztes Heilkraut. Es hilft besonders gut bei Husten, Schnupfen, Asthma, chronischer Bronchitis und wirkt stark schleimlösend. Mehrmals am Tag drei frisch gekochte Blätter als Tee bewirkten Wunder. Bestandteil vieler pflanzlicher Hustensäfte und auch als Räucherkraut überaus wirksam. Eine weitere Eigenschaft: frische Blätter, (z.B. als antibakterielle Paste mit Wasser) stoppen äußere und innere Blutungen wie z.B. Nasenbluten, Wundblutungen wie auch Zahnfleisch-, Magen- und Darmblutungen. Aber das ist noch nicht alles, genau wie beim Niembaum werden die keimtötenden Blätter als biologisches Mittel im Pflanzenschutz bzw. zur Haltbarmachung von Wolle und Getreide genutzt. Wüchsiger, immergrüner Strauch, recht einfache Kultur. Sehr attraktive, duftende, weiße Blüten mit kleinen, roten Äderchen.



Vasica

### **Wunderbeere**

{*Synsepalum dulcificum*}

Dieser tropische, kompakte, kleine Strauch (bzw. Baum) mit dichtem Laub und duftenden weißen Blüten stammt aus Westafrika. Er ist darauf spezialisiert, Ihre Sinne zu täuschen! Die kirschgroßen, roten Beeren, welche sich von Juni bis August auch bei uns zeigen, schmecken eher neutral und unspektakulär. Aber jetzt kommt´s – kurze Zeit später zeigt sich ein kurioses, absolut verblüffendes Geschmackserlebnis. Alles Saure und Bittere, was man danach zu sich nimmt, schmeckt zuckersüß! Ein frisches Bier wird zum Schokoshake, saure Gurken schmecken wie Gummibärchen, bittere Zitronen wie süße Orangenlimonade usw. Diese Wirkung kann bis zu mehreren Stunden anhalten, jedoch nur die frischen Beeren haben diesen überraschenden Effekt. Wichtig ist auch zu wissen, dass diese Beeren in der EU nicht als Nahrungsmittel bzw. Nahrungsmittelergänzung zugelassen sind. Die langsam wachsende Kübelpflanze bevorzugt saure Böden (pH 4,5 – 5,8), einen frostfreien und sonnigen Stand (min.+15°C) und reichlich Feuchtigkeit.



Wunderbeere

... weitere asiatische Kräuter aus unserem Sortiment:

**Brahmi** (Seite -5-)  
**Gotu-Kola** (Seite -7-)  
**Jiaogulan** (Seite -8-)  
**Käsekraut** (Seite -8-)  
**Koriander** (Seite -8-)  
**Thai-Minze** (Seite -12-)

**Mukunu-Wenna** (Seite -12-)  
**Murdannia** (Seite -13-)  
**Schnittknoblauch** (Seite -16-)  
**Shiso / Perilla** (Seite -16-)  
**Vietnam-Koriander** (Seite -19-)  
**Zitronengras** (Seite -19-)

