

Artemisia dracunculus **Estragon** Astersceae



Russischer Estragon, Dragonkraut, Dragon

engl.: Tarragon

Herkunft/Wuchsort: Soll vor langer Zeit aus dem fernen Osten nach Südeuropa gekommen sein; Ruderalpflanze

Aussehen: mehrjährige Pflanze, schwach behaart, Blüte gelb, wirkt eher hellgrün. Ich habe ihn zusammengebunden, da er mit einer Wuchshöhe von 150cm sonst auseinander fällt.

Inhaltsstoffe: Anethol; Asparagin; äth. Öl; Bitterstoffe; Camphen; Estragol; Flavonoide; Gerbstoffe; Jod; Kalium; Limonen; Ociman;

Phelandren; Salizylsäure; Vit. C; Zink

Wirkung: appetitanregend, harntreibend, verdauungsfördernd

Altes Wissen: Als **Tee** getrunken ist Estragon der Heiler bei Nierenträgheit, Magenschwäche und Blähungen. Als Öl hilft er bei Rheuma und Muskelkrämpfen. Kauen einer Estragon-Wurzel mildert Zahnschmerzen. Durch seine appetitanregende und verdauungsfördernde Wirkung wird Estragon vor allem in der Küche verwendet. Ab der Spargelzeit kann man Speisen, Salate und Saucen mit frischem Estragon würzen.

Magisches: Wie alle stark riechenden Pflanzen ist auch der Estragon ein antidämonisches Mittel, das gegen Zauberei und böse Mächte schützt. Der Name Estragon leitet sich von drago=Drache, Schlange ab. Man glaubte über tausende Jahre, dass ein Bündel Estragon am Körper getragen vor Schlangenbiss (auch Drachen, Vampire) schützt. Wenn man doch gebissen wird, helfen die Blätter, wenn man sie zerquetscht auf den Biss legt.

Rezept: Estragon-Sauerrahm (meine Familie nennt das „**Grill-Gatsch**“): Einen Becher Sauerrahm mit etwas Balsamico-Essig, Salz, Pfeffer, Paprika, Curry und einer kleinen, gequetschten, Knoblauchzehe verrühren. Eine Handvoll Estragon hineinzupfen (oder vorher mit dem Wiegemesser zerkleinern). Variation: alle anderen Kräutermischungen, mit klein geschnittenen Essiggurken

Estragon-**Tinktur:** 20g Estragon mit 100ml 60% Alkohol ansetzen und 8 Tage stehen lassen, danach filtern und in dunkle Flaschen füllen. 20-30 Tropfen nach den Mahlzeiten.

