

FENCHEL

FOENICULUM VULGARE



Hier sammeln (Ort & Zeit):

- an sonnigen, trockenen Standorten, z. B. an Wegrändern, Böschungen, in Gärten oder auf Wildkräuterwiesen
- Blätter: Frühling bis Sommer (Mai–Juli)
- Samen/Früchte: Spätsommer bis Herbst (August–Oktober)

So wirkts:

- verdauungsfördernd, krampflösend, entzündungshemmend

So erkennen:

- Blätter: hellgrün
- Früchte: samenartig, bräunlich
- Blütenfarbe: gelb
- Höhe: 80 - 200cm

Tipp:

Fenchel hilft als Tee gegen Blähungen und Völlegefühl.

