SPITZWEGERICH

PLANTAGO LANCEOLATA

So erkennen:

- bis zu 40cm groß
- Lange, schmale, lanzettförmige Blätter mit glattem Rand
- beige-braune Blüten in Mai-September

Hier sammeln:

- ganzjährig auf Wiesen, Weiden und an Wegrändern

So wirkts:

- Wichtigster Inhaltsstoff: Schleim- und Gerbstoffe
- reizlindernd
- schleimlösend
- antimikrobiell
- als Tee aufbrühen oder auf die Haut reiben

Tipp:
Erste Hilfe bei Insektenstichen!
Einfach zerquetschen und auf den Stich geben.