

Estragon



von KENPEI (KENPEI's photo)
[[GFDL](#), [CC-BY-SA-3.0](#) oder [CC BY-SA 2.1 jp](#)], via Wikimedia Commons

Eckdaten zur Pflanze

Estragon gehört zur Pflanzengattung der Korbblüter und ist mit dem Wermut eng verwandt.

Seine ursprüngliche Heimat liegt vermutlich im fernen Osten.

Es ist eine mehrjährige krautige Pflanze, die bis zu 150 cm groß wird.

Der Estragon braucht einen warmen, sonnigen Standort, der nährstoffreich und ausreichend bewässert, aber nicht feucht sein sollte.

Als Salatgewürz kann man seine Zweige und Blätter bereits im Frühjahr ernten.

Je mehr er sich der Blüte nähert (etwa Mai/Juni), desto kräftiger wird jedoch sein Aroma. [(vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Estragon>)]

Medizinisches

Laut Volksheilkunde hilft Estragon bei Verdauungsproblemen.

Seine vielen Bitterstoffe regen die Produktion von Magensaft an. hilft er die Verdauung zu stärken.

Er soll bei Blähungen oder Darmstörungen hilfreich sein.

Darüber hinaus hat das Gewürz auch eine lindernde Wirkung bei Magenkrämpfen, da Estragon krampflösend wirkt.

Ferner wirken die ätherischen Öle des Estragon erwärmend und durchblutungsfördernd, wenn sie äußerlich aufgetragen werden.

So kann Estragon auch Abhilfe bei rheumatischen Schmerzen schaffen. [(vgl. <http://heilkraeuter.de/lexikon/estragon.htm>)]

Verwendung in der Küche

Mit Estragon kann man Essig und Senf verfeinern.

Als Gewürz passt er zu Kartoffel- und Nudelgerichten, zu Geflügel und eingelegten Gurken.

Mit ihm werden gerade in Frankreich unterschiedliche Saucen abgeschmeckt und auch bei Salaten findet Estragon verwendet (z.B. als Estragon-Essig). [(vgl. <http://www.gesundheit.de/medizin/naturheilmittel/heilpflanzen/estragon-der-kleine-drache>)]

Rezepte mit Estragon

- [Kartoffelsalat schnell](#) 21.06.2021 20:22 Detlef Dieckmann

- [Twitter](#)
- [Facebook](#)
- [LinkedIn](#)
- [Xing](#)
- [Reddit](#)
- [Tumblr](#)
- [Pinterest](#)
- [Email](#)

[Wissenswertes, Kräuter, Estragon]

From:

<https://kochen.dieckmann.cloud/> - Rund ums Kochen und Backen



Permanent link:

<https://kochen.dieckmann.cloud/wissenswertes/kraeuter/estragon>

Last update: **11.11.2023 20:15**