

## ARZNEIMITTELTHERAPIE

## Arzneipflanzen-Porträt

# Kapuzinerkresse

**Tropaeolum majus L. Kapuzinerkressengewächse (Tropaeolaceae) Weitere Namen:**  
**Gelbes Vögelr, Kapuzinerli, Salatblume**

Anzeige

## Merkmale

einjährige, krautige Pflanze, bis zu 60 cm hoch, wächst auch an langen Ranken am Boden entlang oder klettert, dann bis zu 5 m lang;

Stängel mit nahezu kreisrunden Blättern, 3 bis 5 cm Durchmesser, abperlende Oberfläche wie bei Lotus- blättern, orangefarbene, rote oder gelbe Blüten mit dunkleren Streifen, 5 cm groß, Blütezeit Juni bis Oktober.

## Heimat

peruanische Anden, inzwischen auch in Europa heimisch

## Arzneilich verwendete Pflanzenteile

Blätter und Blüten

## Inhaltsstoffe

Senfölglykoside (Glucosinolate), Vitamin C

## Wirkprinzip

Die Glucosinolate werden im Gastrointestinaltrakt durch das pflanzeigene Enzym Myrosinase zu Senfölen hydrolysiert, die gegen grampositive und -negative Bakterien wirken. Als empfindlich gegenüber Senfölen erwiesen sich unter anderem die typischen Erreger von unkomplizierten Harnwegsinfekten wie *Escherichia coli* und Enterokokken. Senföle werden im Dünndarm fast vollständig resorbiert, daher bleibt die Darmflora im Dickdarm intakt.

## Anwendung

Entzündliche Erkrankungen der Bronchien, Nebenhöhlen und ableitenden Harnwege

Als Bestandteil von Kombinationspräparaten liegt eine Positiv-Monographie der Kommission E vor und zwar innerlich als adjuvante Therapie von Infekten der ableitenden Harnwege und Katarrhen der oberen Luftwege und zudem für die äußerliche Verwendung bei leichten Muskelschmerzen.

## Nebenwirkungen



Foto: iStock/vnlit

Leichte Schleimhautreizungen des Magen-Darm-Trakts;

Allergische Reaktion, vor allem Hautirritationen bei längerer äußerlicher Anwendung der frischen Pflanze

### **Einnahmeempfehlung**

Bei empfindlichem Magen: Einnahme nach dem Essen

### **Beispiele für Kombipräparate**

Angocin® Anti-Infekt N, Cynobal®, GRANU FINK® Cranberry + Kürbis plus, Nephroselect®

### **Dekorative Zutat zu Salaten und Desserts**

Sowohl die runden Blätter, die Knospen als auch die Blüten der Kapuzinerkresse sind essbar. Sie schmecken leicht scharf, ein wenig vergleichbar mit Gartenkresse. Die Blätter eignen sich zum Beispiel hervorragend für gemischte Blattsalate. Die hübschen Blüten dienen dann als das dekorative i-Tüpfelchen. Auch Desserts lassen sich mit den Blüten garnieren, denn sie schmecken deutlich milder als die Blätter und vertragen sich deshalb gut mit Süßspeisen.

Hobbyköche finden im Internet verlockende Rezepte, beispielsweise für Kräuterbutter, Pesto und Creme- suppen mit Kapuzinerkresse.

Außerdem in dieser Ausgabe...

**Beitrag erschienen in Ausgabe 09/2017**