

## Pflanzen-Name: **Andorn**

Lamiaceae

(Marrubium vulgare)

[Wildformen und Kulturformen / die Wildform ist eine in Deutschland geschützte Pflanze]

Weitere Namen: *Berghopfen* / *Marienesselkraut* / *weißer Dorant* / *Helfkraut* / *weißer Andorn* / *Antoni-Tee*



### Herkunft:

Europa und Nord-Asien. Die Pflanze ist durch die Nutzung in den Klostergärten aus dem Mittelmeerraum nach Deutschland gekommen und auch verwildert.

### Standort:

sonnige Standort / Brachland, Hecken, Ödland... / Ruderalstandorte / trockene Weiden mit Ton- und Lehmböden

### Kulturzeit:

Mehrjährige, winterharte Staude.

### Beschreibung:

Andorn ist eine 50-60cm hohe krautige Pflanze mit winzigen Blüten, die in sechs bis acht Quirlen in den Blattachsen stehen. Die grünen, gezähnten Blätter sind filzig behaart und wirken daher fast grauweiß. Die Stängel sind oft holzig, aber biegsam. Die Blüten erscheinen erst im zweiten Jahr. Die Faserwurzel verholzt.

### Vermehrung / Samenerhalt:

Die Vermehrung geschieht vegetativ über Teilung oder Grün-Stecklinge. Aussaat ist auch möglich. Bei sortenfester Bioware kann im Spätsommer Samen gezogen werden.

### Pflanzenpflege / Schnitt:

Wenig Dünger. Die Pflanze bevorzugt nährstoffarme, trockene Standorte.

### Nutzung / Verwendung:

Andorn ist eine sehr gute Bienenpflanze.

Als Heilpflanze werden im Juni bis August die blühenden Sprossspitzen geerntet und im Dunkeln getrocknet. Da sie sehr bitter sind, werden sie später am besten mit Zucker verwendet.

Das getrocknete Kraut wirkt als fiebersenkender, auswurfördernder oder magenwirksamer Heiltee oder Kräuterlikör.

### Wirkstoffe:

Marrubin (Bitterstoff), Cholin, ätherische Öle, Saponine, Glykoside, Gerbstoff, Kalium, Kalzium, Ursolsäure

### Geschichte / Herkunft:

Der Andorn ist eine mittlerweile selten gewordene Heilpflanze, die schon über Jahrtausende genutzt wird. Er findet schon bei Walahfried Strabo im Hortulus, bei Hildegard von Bingen und auch als eines der bitteren Kräuter zum Passahfest in der Bibel Erwähnung.