SAFLAX®

Tips

SKU: 15217 Schlüsselblume



© Isidre blanc - CC-BY-SA-4.0

Primula veris

Български	BG	2	
Dansk	DK	2	
Deutsch	DE	2	
English	UK	2	
Eesti	EE	3	
Suomalainen	FI	3	
Français	FR	3	
Ελληνική	GR	3	
Gaeilge	IE	4	
íslenskur	IS	4	
Italiano	IT	4	
Hrvatski	HR	4	
Latviešu	LV	5	
Lietuvių kalba	LT	5	
Malti	MT	5	
Nederlands	NL	5	
Norsk	NO	6	
Polski	PL	6	
Português	PT	6	
Românesc	RO	6	
Svenska	SE	7	
Slovensky	SK	7	
Slovenski	SI	7	
Español	ES	7	
Česky	CZ	8	
Türkçe	TR	8	
Magyar	HU	8	
日本語	JP	9	

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Кравешко трева
Primula veris
Първият цъфнал предвестник на пролетта - помага при настинки

Височината достига от 8 до 30 сантиметра и обикновено се среща в по-малки и по-големи групи, където дръжката с цвета израства от листни розетки с яйцевидни листа. Това е едно от първите цъфтящи растения през пролетта. Сезонът на неговите жълто-жълти, силно ароматни цветя се простира от април до юни на север или от февруари до май на юг, в зависимост от местоположението. Тъй като брусника не се среща в средиземноморския регион, той не е известен като древно лечебно растение. Тяхната лечебна стойност е открита едва по-късно и описана например от Хилдегард фон Бинген. Активни свойства: Кравите са ценени като лечебно растение поради съдържанието на сапонини, тъй като екстрактите имат отхрачващо действие при настинки със слизеста кашлица и хрема. Чай: Изсипете 1-2 супени лъжици корен или цвят от иглика в 150 мл чаша вряла вода и настоявайте за 10 минути, преди да прецедите и да изпиете на малки глътки. Тинктура от кравичка: В буркан с винтова капачка изсипете двойно зърно или алкохол върху корени или цветове от кравичка, докато покриете всички части на растението и оставете сместа покрита за 2 до 6 седмици. След това се прецежда и се налива в тъмна бутилка. Между другото, пресни, млади листа от кравичка могат да се добавят и към салати от диви билки. **Естествено местоположение**: Кравешката е широко разпространена в големи части на Европа и Близкия изток по ливади в широколистни гори и е строго защитена в Германия. **Успешно отглеждане:** Cowslips са студени микроби. Затова първоначално трябва да съхранявате семената за 4 до 6 седмици при -4 ° C и +4 ° C. Ще постигнете тези условия, ако ги засеете на открито през есента. Засяването на закрито е възможно през цялата година - след това периодът на охлаждане се генерира изкуствено в хладилника. Покрийте семената само леко с билка или почва за отглеждане. Покрийте съда с култура с домакинско фолио, което сте осигурили с дупки. Това предпазва почвата от изсушаване. Трябва да отстранявате фолиото за 2 часа на всеки два до три дни. Това предотвратява образуването на мухъл върху растящата почва. Поставете саксията със семена на светло и топло място с 15 до 20° по Целзий и поддържайте почвата влажна, но не мокра. Може да отнеме няколко седмици, докато разсадът поникне. **Най-доброто местоположение:** Червеникът предпочита слънчеви до полусенчести места и варовита, рохкава почва. **Оптимална грижа:** При дълги сухи периоди трябва да поливате редовно. Можете внимателно да откъснете цветята, когато прецъфтят, и бързо да ги изсушите на сянка. Корените се изкопават през есента или пролетта и след почистване се изсушават в хладка фурна. **През зимата:** Кравешката презимува с многогодишно, дебело и късо коренище.



Ko-slip
Primula veris
Den første blomstrende forårsbebuder - nyttig ved forkølelse

Cowslipen når en højde på 8 til 30 centimeter og findes normalt i mindre og større grupper, hvor stilken med blomsten vokser fra bladrosetter med ægformede blade. Det er en af de første blomstrende planter om foråret. Sæsonen for dens æggeblomme-gule, stærkt duftende blomster strækker sig fra april til juni i nord eller fra februar til maj i syd, afhængigt af placeringen. Da koen ikke forekommer i Middelhavsområdet, er den ikke kendt som en gammel lægeplante. Deres helbredende værdi blev først opdaget senere og beskrevet af for eksempel Hildegard von Bingen. Aktive kræfter: Cowslips er værdsat som lægeplanter på grund af deres saponinindhold, da ekstrakternevirke slimløsende ved forkølelse med slim hoste og løbende næse. Te: Hæld 1-2 teskefulde primula rod eller blomst i en 150 ml kop kogende vand og lad den trække i 10 minutter, før den sis og drikkes i små slurke. Cowslip tinktur: I en skruetop krukke, hæld dobbelt korn eller alkohol over cowslip rødder eller blomster, indtil alle dele af planten er dækket, og lad blandingen være tildækket i 2 til 6 uger. Si derefter og hæld på en mørk flaske. Friske, unge cowslip-blade kan i øvrigt også tilsættes vilde urtesalater. **Naturlig beliggenhed**: Koslyngen er udbredt i store dele af Europa og Mellemøsten på enge i løvskove og er strengt beskyttet i Tyskland. **Succesfuld dyrkning:** Cowslips er kolde bakterier. Du bør derfor i første omgang opbevare frøene i 4 til 6 uger ved -4 ° C og +4 ° C. Disse forhold opnår du, hvis du sår dem udendørs om efteråret. Såning indendørs er muligt hele året rundt - køleperioden genereres så kunstigt i køleskabet. Dæk frøene kun lidt med urte- eller pottejord til dyrkning. Dæk dyrkningskarret til med husholdningsfilm, som du forsyner med huller. Dette beskytter jorden mod udtørring. Du bør fjerne folien i 2 timer hver anden til tredje dag. Dette forhindrer mug i at dannes på den voksende jord. Stil frøpotten et let og varmt sted med 15 til 20° Celsius og hold pottejorden fugtig, men ikke våd. Det kan tage et par uger for frøplanterne at spire. **Den bedste beliggenhed:** Kosliden foretrækker solrige til halvskygge steder og kalkholdig, løs jord. **Optimal pleje:** I lange tørre perioder bør du vande regelmæssigt. Du kan forsigtigt plukke blomsterne, når de blomstrer, og tørre dem hurtigt i skyggen. Grav rødderne ud om efteråret eller foråret og tør dem efter rengøring i en lunken ovn. **Om vinteren:** Cowslip overvintrer med en flerårig, tyk, kort rhizom.



Schlüsselblume
Primula veris
Der erste blühende Frühlingsbote - Hilfreich bei Erkältungen

Die Echte Schlüsselblume erreicht eine Wuchshöhe von 8 bis 30 Zentimetern und ist zumeist in kleineren und größeren Gruppen anzutreffen, wo aus Blattrosetten mit eirunden Blättern der Stängel mit der Blüte wächst. Sie gehört im Frühjahr zu den ersten blühenden Pflanzen. Die Zeit ihrer dottergelben, stark duftenden Blüten erstreckt sich je nach Standort von April bis Juni im Norden oder von Februar bis Mai im Süden. Da die Schlüsselblume im Mittelmeerraum nicht vorkommt, ist sie nicht als antike Heilpflanze bekannt. Ihr Heilwert wurde erst später entdeckt und zum Beispiel bei Hildegard von Bingen beschrieben. Wirkende Kräfte: Als Heilpflanze werden Schlüsselblumen wegen ihres Gehaltes an Saponinen geschätzt, da die Extrakte bei Erkältungen mit verschleimtem Husten und Schnupfen schleimlösend wirken. Tee: Übergießen Sie ein bis zwei Teelöffel Schlüsselblumen-Wurzeln oder -blüten mit einer Tasse kochendem Wasser (150 ml) und lassen Sie das Ganze zehn Minuten ziehen, bevor Sie es abseihen und in kleinen Schlucken trinken. Schlüsselblumen-Tinktur: Übergießen Sie Schlüsselblumen-Wurzeln oder -blüten in einem Schraubdeckel-Glas mit Doppelkorn oder Weingeist, bis alle Pflanzenteile bedeckt sind und lassen Sie die Mischung verschlossen für 2 bis 6 Wochen ziehen. Dann abseihen und in eine dunkle Flasche abfüllen. Frische, junge Schlüsselblumenblättchen können übrigens auch gut Wildkräutersalaten zugesetzt werden. **Naturstandort**: Die Schlüsselblume ist in weiten Teilen Europas und Vorderasiens auf Wiesen in Laubwäldern verbreitet und in Deutschland streng geschützt. **Anzucht:** Schlüsselblumen sind Kaltkeimer. Sie sollten die Samen daher zunächst für 4 bis 6 Wochen bei -4°C und +4°C aufbewahren.. Diese Bedingungen erreichen Sie bei Herbstaussaat im Freiland. Im Haus ist die Aussaat ganzjährig möglich - die Kühlperiode wird dann künstlich im Kühlschrank erzeugt. Bedecken Sie die Samen zur Anzucht nur wenig mit Kräuter- oder Anzuchterde. Decken Sie das Anzuchtgefäß mit Klarsichtfolie ab, die Sie mit Löchern versehen. So ist die Erde vor Austrocknung geschützt. Alle zwei bis drei Tage sollten Sie die Folie für 2 Stunden entfernen. Das beugt einer Schimmelbildung auf der Anzuchterde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß an einen hellen und warmen Ort mit 15 bis 20° Celsius und halten Sie die Anzuchterde feucht, aber nicht nass. Es können einige Wochen bis zum Austrieb der Sämlinge vergehen. **Standort:** Die Schlüsselblume bevorzugt sonnige bis halbschattige Standorte und einen kalkhaltigen, lockeren Boden. **Pflege:** In langen Trockenperioden sollten Sie regelmäßig wässern. Die Blüten können Sie zur Blütezeit vorsichtig abzupfen und zügig im Schatten trocknen. Wurzeln graben Sie im Herbst oder Frühjahr aus und trocknen sie nach der Reinigung geschnitten im lauwarmen Backofen. **Im Winter:** Die Schlüsselblume überwintert mit einem ausdauernden, dicken, kurzen Rhizom.



Primrose
Primula veris
The first herald of spring – effective against colds

The Primrose grows between 8 and 30 cm high and is mostly be found in small or bigger groups. From the leave rosettes with oval-shaped leaves, it develops the stalk with the blossom. The Primrose is one of the first blooming plants in spring and shows its egg yolk yellow, strong scented flowers, depending on the location, either from April until June in the North, or from February until May in the South. Since it doesn't naturally grow in the Mediterranean region, it was not known as medicinal plant in ancient times. The Primrose was discovered much later and its healing effects were recorded for example by Hildegard of Bingen. Active agents: The plant is appreciated as a medicinal plant mainly because of its high content of saponins and the mucolytic effect of the extracts on colds with phlegmy coughs and sneezes. Tea: Dash one or two teaspoonsful of roots or blossoms with a cup (150 ml) of hot boiling water and let it simmer for about 10 minutes before straining the tea and taking it in with small gulps. Primrose tincture: Place some roots or blossoms of the plant in a screw top jar and fill it up with corn schnapps or aqueous ethyl alcohol until all the parts of the plant are covered, close the jar and allow the brew to stand for two to six weeks. After that, you may strain the tincture and fill it up into dark glass bottles. The fresh, young leaves of the Primrose can also be added to a nice wild herb salad. **Natural location**: The Primrose has its natural habitat in large parts of Europe and the Middle East where it grows mainly on meadows in deciduous forests. In Germany it is a strictly protected plant. **Successful cultivation:** The Primrose is a cold germinator, and the seeds should be kept initially for about four to six weeks at a temperature between -4° C and +4° Celsius. You can achieve these conditions by seeding outdoors in autumn. Seed propagation indoors, however, is possible throughout the year, while keeping the seeds in the refrigerator for the initial cooling period. Cover the seeds only slightly with the potting earth or special soil for herbs after planting. With indoor propagation, also cover the seed container with clear film to prevent the earth from drying out, but don't forget to make some holes in the clear film and take it every second or third day completely off for about 2 hours. That way you avoid mold formation on your potting compost. Place the seed container somewhere bright and warm with a temperature between 15°C and 20°Celsius and keep the earth moist, but not wet. It may take a couple of weeks until germination. **The best location:** The Primrose prefers a sunny or half-shaded place and limy, loose soil. **Optimal care:** Water the plant regularly during longer dry periods. During blossoming, you may carefully pluck the flower heads and place them immediately in the shade for drying. In autumn or spring, you can dig up the roots, clean and cut them, and then dry the pieces in a lukewarm oven. **In the winter:** The Primrose hibernates subterraneously with a durable, short and thick rhizome.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Lehmalass

Primula veris

Esimene õitsev kevadekuulutaja - aitab külmetushaiguste korral

Lehmaliis ulatub 8–30 sentimeetri kõrguseks ja seda leidub tavaliselt väiksemate ja suuremate rühmadena, kus õiega vars kasvab munaja lehtedega leherosettidest. See on üks esimesi kevadel õitsevaid taimi. Tema kollakaskollaste, tugevalt lõhnavate õite hooaeg kestab olenevalt asukohast põhjas aprillist juunini või lõunas veebruarist maini. Kuna Vahemere regioonis lehmamäge ei esine, pole teda iidse ravimtaimena tuntud. Nende raviväärtuse avastas alles hiljem ja kirjeldas näiteks Hildegard von Bingen. Aktiivsed jõud: Lehmalipikuid hinnatakse ravimtaimedena nende saponiinisisalduse tõttu, kuna ekstraktidon rögalahtistav toime külmetushaiguste korral koos limaskestade köha ja nohuga. Tee: Vala 1-2 tl primula juurt või õit 150 ml tassi keeva veega ja lase 10 minutit enne kurnamist ja väikeste lonksudena joomist. Lehmalipiku tinktuur: valage keeratava kaanega purgis topelttera või alkoholi lehmalipiku juurtele või õitele, kuni kõik taimeosad on kaetud, ja jätke segu kaanetuks 2–6 nädalaks. Seejärel kurna ja vala tumedasse pudelisse. Värskeid noori lehmalehti võib muide lisada ka metsikute ürtide salatitesse. **Looduslik asukoht**: Lehmalask on levinud suures osas Euroopas ja Lähis-Idas lehtmetsade niitudel ning on Saksamaal rangelt kaitstud. **Edukas kasvatamine:** Lehmalipikud on külmad pisikud. Seetõttu peaksite seemneid esialgu säilitama 4–6 nädalat temperatuuril -4°C ja +4°C. Need tingimused saavutate, kui külvate need sügisel õue. Siseruumides külvamine on võimalik aastaringselt – jahutusperiood genereeritakse seejärel kunstlikult külmkapis. Kasvatamiseks katke seemned vaid veidi ürdi- või potimuldaga. Kata kultuurianum toidukilega, mille varustad aukudega. See kaitseb mulda kuivamise eest. Peaksite fooliumi eemaldama 2 tunniks iga kahe kuni kolme päeva järel. See takistab hallituse teket kasvupinnal. Asetage külvipott valgusküllasesse ja sooja kohta, kus on 15–20 ° C, ning hoidke istutusmuld niiske, kuid mitte märjana. Seemikute tärkamiseks võib kuluda paar nädalat. **Parim asukoht:** Lehmalask eelistab päikeselist kuni poolvarjulist kasvukohta ja lubjarikast kobedat mulda. **Optimaalne hooldus:** Pikkadel kuivaperioodidel tuleb regulaarselt kasta. Õisi saab õitsemise ajal ettevaatlikult kitkuda ja varjus kiiresti kuivatada. Kaevake juured sügisel või kevadel välja ja kuivatage pärast puhastamist leiges ahjus. **Talvel:** Cowslip talvitub mitmeaastase paksu ja lühikese risoomiga.



Kevätesikko

Primula veris

Ensimmäinen kukkiva keväänkuulutus - auttaa vilustumiseen

Lehmäkelkka saavuttaa 8-30 senttimetrin korkeuden ja esiintyy yleensä pienempinä ja suurempina ryhminä, joissa kukkavarsi kasvaa munamaisista lehtiruusukeista. Se on yksi ensimmäisistä kevään kukkivista kasveista. Sen keltuaisenkeltaisten, voimakkaasti tuoksuvien kukkien kausi ulottuu paikasta riippuen huhtikuusta kesäkuuhun pohjoisessa tai helmikuusta toukokuuhun etelässä. Koska lehmävaljakkoa ei esiinny Välimeren alueella, sitä ei tunneta muinaisena lääkekasvina. Niiden parantava arvo havaittiin vasta myöhemmin ja esimerkiksi Hildegard von Bingen kuvaili. Aktiiviset voimat: Lehmänvaljaita arvostetaan lääkekasveina niiden saponiinipitoisuuden vuoksi, koska uutteetniillä on yskäävä vaikutus vilustumiseen, johon liittyy limaista yskää ja vuotavaa nenää. Tee: Kaada 1-2 teelusikallista primulan juuria tai kukkaa 150 ml:aan kiehuvaa vettä ja hauduta 10 minuuttia ennen siivilöimistä ja juomista pienissä kulauksissa. Kaada kierretinktuura kierrekorkiseen purkkiin kaksoisjyviä tai alkoholia rypälejuurten tai kukkien päälle, kunnes kaikki kasvin osat ovat peittyneet, ja jätä seos peitettynä 2–6 viikoksi. Siivilöi sitten ja kaada tummaan pulloon. Tuoreita, nuoria lehmänlehtiä voi muuten lisätä myös villiyrttisalaatteihin. **Luonnollinen sijainti**: Lehmävalja on levinnyt suuressa osassa Eurooppaa ja Lähi-idässä lehtimetsien niityillä ja on tiukasti suojeltu Saksassa. **Onnistunut viljely:** Lehmänpäät ovat kylmiä bakteereita. Siksi siemeniä tulee aluksi säilyttää 4-6 viikkoa -4°C ja +4°C. Nämä olosuhteet saavutetaan, jos kylvät ne ulkona syksyllä. Kylvö sisätiloihin on mahdollista ympäri vuoden – jäähtymisjakso syntyy sitten keinotekoisesti jääkaapissa. Peitä siemenet vain hieman yrtti- tai ruukkumultalla viljelyä varten. Peitä viljelyastia kelmulla, johon on tehty reikiä. Tämä suojaa maaperää kuivumiselta. Poista folio 2 tunnin ajaksi kahden tai kolmen päivän välein. Tämä estää homeen muodostumisen kasvumaahan. Aseta siemenruukku valoisaan ja lämpimään paikkaan, jonka lämpötila on 15–20 °C, ja pidä istutusmaa kosteana, mutta ei märkänä. Taimien itäminen voi kestää muutaman viikon. **Paras sijainti:** Lehmäkelkka suosii aurinkoisia tai puolivarjoisia paikkoja ja kalkkipitoista, löysää maaperää. **Optimaalinen hoito:** Pitkinä kuivina aikoina sinun tulee kastella säännöllisesti. Voit poimia kukkia varovasti kukinnan aikana ja kuivata ne nopeasti varjossa. Kaivaa juuret pois syksyllä tai keväällä ja kuivaa ne puhdistuksen jälkeen haaleassa uunissa. **Talvella:** Cowslip talvehtii monivuotisella, paksulla, lyhyellä juurakolla.



Primevère officinale

Primula veris

Le premier messager fleurissant du printemps - Utile pour les rhumes

La primevère officinale atteint une hauteur de 8 à 30 centimètres et se retrouve généralement en petits et grands groupes, où la pédoncule grandit avec la fleur à partir de rosettes de fleurs avec des feuilles ovoïdes. En printemps, elle appartient aux premières plantes fleurissantes. La période de ses fleurs de couleur jaune d'oeuf et fortement parfumées varie en fonction de l'emplacement : d'avril à juin au nord, ou de février à mai au sud. Comme la primevère officinale ne se trouve pas en méditerranée, elle n'est pas connue comme plante médicinale antique. Son pouvoir thérapeutique fut découvert plus tard et décrit par Hildegarde de Bingen, par exemple. Forces agissantes : La primevère est appréciée pour son contenu en saponites, car les extraits ont un effet expectorant sur les rhumes avec de la toux. Thé : Plongez une à deux cuillerées de racines ou fleurs de primevère dans une tasse d'eau bouillante (150 ml) et laissez le tout infuser pendant dix minutes avant que vous ne l'égouttiez et ne le buviez par petites gorgées. Teinture à la primevère : Plongez des racines ou des fleurs de primevère dans un couvercle vissé avec du Doppelkorn ou de l'alcool éthylique jusqu'à ce que toutes les parties de la plante soient recouvertes, puis laissez le mélange fermé pendant 2 à 6 semaines. Ensuite, égouttez le mélange et mettez-le dans une bouteille sombre. Les petites feuilles de primevère jeunes et fraîches peuvent aussi être ajoutées à des salades sauvages. **Emplacement naturel**: La primevère officinale est répandue dans une grande partie d'Europe et du Proche-Orient dans des prairies dans forêts de feuillus et est fortement protégée en Allemagne. **Culture réussie:** Les primevères officinales germent au froid. Vous devez donc conserver les graines à des températures entre -4° C et +4° C pendant quatre à six semaines. La culture des graines à la maison est possible tout au long de l'année - la période de refroidissement se fait artificiellement dans le réfrigérateur. Recouvrez-les graines légèrement avec du terreau ou du terreau pour herbes. Couvrez le récipient avec une feuille transparente dans laquelle vous faites des trous. Comme ça, le terreau est protégé du dessèchement. Vous devez enlever la feuille pendant deux heures tous les deux ou trois jours. Ceci prévient la formation de moisissures dans le terreau. Mettez le récipient dans un endroit lumineux et chaud de 15° à 20° Celsius et maintenez le terreau humide, mais pas mouillé. Quelques semaines peuvent passer avant que les semis ne poussent. **Le meilleur emplacement:** La primevère officinale exige des emplacements ensoleillés à mi-ombragés, et une terre calcaire et molle. **Soins optimaux:** Vous devez arroser la plante régulièrement pendant les longues périodes sèches. Vous pouvez effeuiller les fleurs prudemment pour la période de floraison et les sécher rapidement à l'ombre. Déterrer les racines en automne ou en printemps et séchez les racines coupées dans un four tiède après le nettoyage. **En hiver:** La primevère officinale hiverne avec un rhizome dense, court, et durable.



Πασχαλίτσα

Primula veris

Ο πρώτος ανθισμένος προάγγελος της άνοιξης - χρήσιμος για τα κρυολογήματα

Η αγελάδα φτάνει σε ύψος από 8 έως 30 εκατοστά και βρίσκεται συνήθως σε μικρότερες και μεγαλύτερες ομάδες, όπου ο μίσχος με το άνθος μεγαλώνει από ροζέτες φύλλων με ωοειδή φύλλα. Είναι από τα πρώτα ανθοφόρα φυτά την άνοιξη. Η εποχή των κρόκο-κίτρινων, έντονα αρωματικών λουλουδιών του εκτείνεται από τον Απρίλιο έως τον Ιούνιο στα βόρεια ή από τον Φεβρουάριο έως τον Μάιο στα νότια, ανάλογα με την τοποθεσία. Δεδομένου ότι η αγελάδα δεν εμφανίζεται στην περιοχή της Μεσογείου, δεν είναι γνωστή ως αρχαίο φαρμακευτικό φυτό. Η θεραπευτική τους αξία ανακαλύφθηκε μόνο αργότερα και περιγράφηκε, για παράδειγμα, από την Hildegard von Bingen. Δραστικές δυνάμεις: Οι αγελάδες εκτιμώνται ως φαρμακευτικά φυτά λόγω της περιεκτικότητάς τους σε σαπωνίνη, καθώς τα εκχυλίσματαέχουν αποχρεμπτική δράση σε κρυολογήματα με βλεννώδη βήχα και καταρροή. Τσάι: Ρίξτε 1-2 κουταλάκια του γλυκού ρίζα ή άνθος primula σε ένα φλιτζάνι βραστό νερό των 150 ml και βράστε το για 10 λεπτά πριν το στραγγίσετε και το πιείτε σε μικρές γουλιές. Βάμμα αγελάδας: Σε ένα βάζο με βιδωτό επάνω μέρος, ρίξτε διπλό κόκκο ή οινόπνευμα πάνω από τις ρίζες ή τα άνθη της αγελάδας μέχρι να καλυφθούν όλα τα μέρη του φυτού και αφήστε το μείγμα σκεπασμένο για 2 έως 6 εβδομάδες. Στη συνέχεια, σουρώνουμε και αδειάζουμε σε ένα σκούρο μπουκάλι. Παρεμπιπτόντως, φρέσκα, νεαρά φύλλα αγελάδας μπορούν επίσης να προστεθούν σε σαλάτες άγριων βοτάνων. **Φυσική τοποθεσία**: Η αγελάδα είναι ευρέως διαδεδομένη σε μεγάλα μέρη της Ευρώπης και της Εγγύς Ανατολής σε λιβάδια σε φυλλοβόλα δάση και προστατεύεται αυστηρά στη Γερμανία. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Οι αγελάδες είναι κρύα μικρόβια. Θα πρέπει λοιπόν αρχικά να αποθηκεύσετε τους σπόρους για 4 έως 6 εβδομάδες στους -4°C και +4°C. Θα πετύχετε αυτές τις συνθήκες εάν τους σπείρετε σε εξωτερικούς χώρους το φθινόπωρο. Η σπορά σε εσωτερικούς χώρους είναι δυνατή όλο το χρόνο - η περίοδος ψύξης δημιουργείται στη συνέχεια τεχνητά στο ψυγείο. Καλύψτε τους σπόρους μόνο ελαφρά με χώμα βοτάνων ή γλάστρας για καλλιέργεια. Καλύψτε το δοχείο καλλιέργειας με μεμβράνη, την οποία ανοίγετε με τρύπες. Αυτό προστατεύει το έδαφος από το στέγνωμα. Θα πρέπει να αφαιρείτε το αλουμινόχαρτο για 2 ώρες κάθε δύο έως τρεις ημέρες. Αυτό αποτρέπει τη δημιουργία μούχλας στο αναπτυσσόμενο έδαφος. Τοποθετήστε τη γλάστρα σε ένα ελαφρύ και ζεστό μέρος με θερμοκρασία 15 έως 20° Κελσίου και διατηρήστε το χώμα της γλάστρας υγρό αλλά όχι υγρό. Μπορεί να χρειαστούν μερικές εβδομάδες για να βλαστήσουν τα σπορόφυτα. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Η αγελάδα προτιμά ηλιόλουστες έως ημισκιερές τοποθεσίες και ασβεστώδες, χαλαρό έδαφος. **Βέλτιστη φροντίδα:** Σε μεγάλες περιόδους ξηρασίας θα πρέπει να ποτίζετε τακτικά. Μπορείτε να μαδήσετε προσεκτικά τα λουλούδια όταν ανθίσουν και να τα στεγνώσετε γρήγορα στη σκιά. Ξεθάψτε τις ρίζες το φθινόπωρο ή την άνοιξη και, αφού καθαρίσετε, στεγνώστε τις σε χλιαρό φούρνο. **Το χειμώνα:** Η αγελάδα διαχειμάζει με πολυετές, παχύ, κοντό ρίζωμα.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Bruscar
Primula veris
An chéad harbinger blooming an earraigh - cabhrach le haghaidh slaghdáin

Sroicheann an sliogán bó airde 8 go 30 ceintiméadar agus de ghnáth tá sé le fáil i ngrúpaí níos lú agus níos mó, áit a bhfásann an gas leis an bláth ó rosettes duille le duilleoga ovoid. Tá sé ar cheann de na chéad phlandaí bláthanna san earrach. Síneann séasúr a bláthanna buíocán-buí, cumhra go láidir ó Aibreán go Meitheamh sa tuaisceart nó ó Feabhra go Bealtaine sa deisceart, ag brath ar an suíomh. Ós rud é nach dtarlaíonn an sliogán bó i réigiún na Meánmhara, ní thugtar gléasra míochaine ársa air. Níor aimsíodh a luach cneasaithe ach ina dhiaidh sin agus rinne Hildegard von Bingen cur síos air, mar shampla. Cumhachtaí gníomhacha: Luacháiltear bóillí bó mar phlandaí míochaineacha mar gheall ar a n-ábhar saponin, ós rud é go bhfuil na sleachtationchar expectorant ar slaghdáin le casacht múcasacha agus srón runny. Tae: Doirt 1-2 taespúnóg de fhréamh nó bláth primula isteach i gcupán 150ml d'uisce fiuchta agus géar ar feadh 10 nóiméad roimh brú agus ól i sips beaga. Tincture cowslip: I próca le scriú-barr, doirt grán dúbailte nó alcól thar fréamhacha nó bláthanna bóillí bó go dtí go bhfuil gach cuid den phlanda clúdaithe agus fág an meascán clúdaithe ar feadh 2 go 6 seachtaine. Ansin brú agus doirt isteach i buidéal dorcha. Teagmhasach, is féidir duilleoga óga bó rua a chur le sailéid luibh fhiáine freisin. **Suíomh nádúrtha**: Tá an sliogán bó forleathan i gcodanna móra den Eoraip agus sa Neasoirthear ar mhóinéir i bhforaoisí duillsilteacha agus tá sé faoi chosaint dhian sa Ghearmáin. **Saothrú rathúil:** Is frídíní fuara iad na sliogáin bhó. Mar sin ba chóir duit na síolta a stóráil ar dtús ar feadh 4 go 6 seachtaine ag -4°C agus +4°C. Bainfidh tú amach na coinníollacha seo má chuireann tú amuigh iad san fhómhar. Is féidir cur taobh istigh ar feadh na bliana - gintear an tréimhse fuaraithe go saorga sa chuisneoir ansin. Clúdaigh na síolta ach beagán le luibh nó le hithreach potaithe le haghaidh saothrú. Clúdaigh an soitheach cultúir le scannán cling, a sholáthraíonn tú le poill. Cosnaíonn sé seo an ithir ó thriomú amach. Ba chóir duit an scragall a bhaint ar feadh 2 uair gach dhá nó trí lá. Cuireann sé seo cosc ar mhúnla a fhoirmiú ar an ithir atá ag fás. Cuir an pota síolta in áit éadrom agus te ag 15 go 20 ° Celsius agus coinnigh an ithir potaithe tais ach ní fliuch. B'fhéidir go dtógfadh sé cúpla seachtain chun na síológa a sproutadh. **An suíomh is fearr:** Is fearr leis an mbolg bhán áiteanna grianmhara ná leathscáth agus ithir cailcreach, scaoilte. **Cúram is fearr is féidir:** I dtréimhsí tirim fada ba chóir duit uisce go rialta. Is féidir leat na bláthanna a spíonadh go cúramach nuair a bhíonn siad faoi bhláth agus iad a thriomú go tapa sa scáth. Déan na fréamhacha a thochailt san fhómhar nó san earrach agus, tar éis iad a ghlanadh, triomaigh iad in oigheann te. **Sa gheimhreadh:** Cowslip overwinters le ilbhliantúil, tiubh, rhizome gearr.



Kúasmiði
Primula veris
Fyrsti blómstrandi vorboðinn - gagnlegur fyrir kvef

Fjósiðið nær 8 til 30 sentímetra hæð og finnst oftast í smærri og stærri hópum þar sem stöngullinn með blóminu vex úr blaðrósa með egglaga blöðum. Það er ein af fyrstu blómstrandi plöntum á vorin. Tímabil eggjagulu, mjög ilmandi blómanna nær frá apríl til júní í norðri eða frá febrúar til maí í suðri, allt eftir staðsetningu. Þar sem fjósið kemur ekki fyrir á Miðjarðarhafssvæðinu er það ekki þekkt sem forn lækningajurt. Lækningargildi þeirra uppgötvaðist fyrst síðar og lýsti til dæmis Hildegard von Bingen. Virkir kraftar: Fjósmiðar eru metnir sem lækningajurtir vegna sapónínninnihalds þar sem útdrættirnirhafa slímlosandi áhrif á kvef með slímhósta og nefrennsli. Te: Hellið 1-2 tsk af primula rót eða blómi í 150 ml bolla af sjóðandi vatni og látið liggja í 10 mínútur áður en síað er og drukkið í litla sopa. Fjósleifaveg: Hellið tvöföldu korni eða spritti yfir fjósleifarrætur eða blóm í skrúfuðu krukku þar til allir hlutar plöntunnar eru þaktir og látið blönduna vera þakin í 2 til 6 vikur. Sigtið síðan og hellið í dökka flösku. Tilviljun má líka bæta ferskum, ungum kúablöðum í villijurtasalöt. **Náttúruleg staðsetning**: Fjósiðið er útbreitt víða í Evrópu og Austurlöndum nær á engjum í laufskógum og er strangt verndað í Þýskalandi. **Árangursrík ræktun:** Schlüsselblumen sind Kaltkeimer. Sie sollten die Samen daher zunächst für 4 bis 6 Wochen bei -4°C und +4°C aufbewahren.. Diese Bedingungen erreichen Sie bei Herbstaussaat im Freiland. Im Haus ist die Aussaat ganzjährig möglich - die Kühlperiode wird dann künstlich im Kühlschrank erzeugt. Bedecken Sie die Samen zur Anzucht nur wenig mit Kräuter- oder Anzuchterde. Decken Sie das Anzuchtgefäß mit Klarsichtfolie ab, die Sie mit Löchern versehen. So ist die Erde vor Austrocknung geschützt. Alle zwei bis drei Tage sollten Sie die Folie für 2 Stunden entfernen. Das beugt einer Schimmelbildung auf der Anzuchterde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß an einen hellen und warmen Ort mit 15 bis 20° Celsius und halten Sie die Anzuchterde feucht, aber nicht nass. Es können einige Wochen bis zum Austrieb der Sämlinge vergehen. **Besta staðsetningin:** Fjósiðið vill frekar sólríka en hálfskugga staði og kalkríkan, lausan jarðveg. **Besta umönnun:** Á löngum þurrktímabilum ættir þú að vökva reglulega. Hægt er að plokka blómin varlega þegar þau blómstra og þurrka þau fljótt í skugga. Grafið ræturnar út á haustin eða vorin og þurrkið þær eftir hreinsun í volgum ofni. **Á veturna:** Fjósmiður yfirvetrar með ævarandi, þykkum, stuttum rót.



Primula odorosa
Primula veris
Il primo bocciolo che fiorisce in primavera - utile contro i raffreddamenti

La Primula odorosa raggiunge un'altezza che va dagli 8 ai 30 centimetri e si trova per lo più in gruppi, piccoli o grandi, con una rosetta basale di foglie ovali dalla quale spuntano stelo e fiore. Si tratta di una delle piante che fioriscono prima in primavera. Il periodo dei fiori color giallo uovo dal forte profumo va, a seconda del luogo, da aprile a giugno oppure da febbraio a maggio, più al sud. Poiché la Primula odorosa non proviene dall'area mediterranea, essa non era conosciuta nell'antichità come pianta officinale. Il suo potere curativo venne scoperto solo in seguito e descritto, fra gli altri, da Hildegard von Bingen. Proprietà: apprezzata per il suo contenuto di saponina, poiché l'estratto ha un effetto fluidificante nei raffreddamenti con tosse catarrosa e raffreddore. Per preparare un infuso: versate 150 ml di acqua bollente in una tazza con uno o due cucchiaini di radici o fiori di primula, lasciate riposare 10 minuti, poi filtrate e bevete a piccoli sorsi. Per preparare una tintura di fiori di primula: riempite un barattolo di vetro a chiusura ermetica con radici o fiori di primula e poi ricoprite con acquavite o spirito, finché tutte le parti di pianta sono immerse. Lasciate riposare la miscela da due a sei settimane, filtrate e riempite una bottiglia di vetro scuro. Le giovani foglie fresche possono essere un gustoso complemento di insalate di erbe selvatiche. **Posizione naturale**: La Primula odorosa è diffusa in vaste aree dell'Europa e dell'Asia minore, dove cresce sui prati dei boschi di latifoglie, in Germania è specie protetta. **Coltivazione riuscita:** Le primule hanno bisogno di freddo per germinare. Conservate i semi per un periodo da 4 a 6 settimane a una temperatura tra i -4° e i +4° C. In alternativa potete seminare all'aperto in autunno, quando avrete le stesse condizioni. In casa è possibile seminare tutto l'anno, perché il periodo di freddo verrà riprodotto artificialmente in frigorifero. Ricoprite solo poco i semi nella coltivazione con la terra di coltivo, o terra per piante erbacee. Coprite il recipiente di coltivazione con pellicola trasparente, sulla quale praticherete dei fori, in questo modo la terra eviterà di seccarsi. Ogni due o tre giorni rimuovete la pellicola per 2 ore, per prevenire la formazione di muffe sulla terra. Collocate il recipiente di coltivazione in un luogo luminoso e caldo, a una temperatura fra i 15° e i 20°C. Mantenete la terra umida, ma non bagnata. E' possibile che trascorrano alcune settimane prima della comparsa delle piantine. **La posizione migliore:** La Primula odorosa predilige ambienti da soleggiati a mezz'ombra e terreni calcarei e morbidi. **Cura ottimale:** Innaffiate regolarmente nei periodi lunghi di siccità. Potete staccare con cura i fiori durante la fioritura, per metterli a essiccare all'ombra. Potete sradicare le radici in autunno o in primavera, per metterle a essiccare - dopo averle pulite e sminuzzate - in forno tiepido. **In inverno:** La Primula odorosa sverna con un rizoma perenne, spesso e corto.



Kravlji slip
Primula veris
Prvi rascvjetani vjesnik proljeća - pomaže kod prehlade

Crnjak doseže visinu od 8 do 30 centimetara, a nalazi se obično u manjim i većim skupinama, gdje stabljika s cvijetom izrasta iz lisnih rozeta s jajastim listovima. Jedna je od prvih biljaka koje cvatu u proljeće. Sezona žutožutih, jako mirisnih cvjetova traje od travnja do lipnja na sjeveru ili od veljače do svibnja na jugu, ovisno o položaju. Obzirom da se kravojac ne pojavljuje na području Sredozemlja, nije poznat kao drevna ljekovita biljka. Njihovu ljekovitost tek je kasnije otkrila i opisala npr. Hildegard von Bingen. Djelotvorna svojstva: Kravlje je cijenjeno kao ljekovito bilje zbog sadržaja saponina, jer ekstraktidjeluju ekspektorantno kod prehlada sa sluzavim kašljem i curenjem nosa. Čaj: Ulijte 1-2 žličice korijena ili cvijeta jaglaca u šalicu od 150 ml kipuće vode i kuhajte 10 minuta prije nego što procijedite i pijete u malim gutljajima. Tinktura od kravojca: U staklenku s poklopcem na odvrtanje, prelijte duplo zrno ili alkohol preko korijena ili cvjetova bakra dok ne prekrijete sve dijelove biljke i ostavite smjesu pokrivenu 2 do 6 tjedana. Zatim procijedite i ulijte u tamnu bocu. Inače, svježi, mladi listovi kravine mogu se dodati i salatama od samoniklog bilja. **Zemlja porijekla**: Kravljik je rasprostranjen u velikom dijelu Europe i Bliskog istoka na livadama u listopadnim šumama, au Njemačkoj je strogo zaštićen. **Uspješan uzgoj:** Crowdlips su hladne klice. Stoga biste prvo trebali čuvati sjeme 4 do 6 tjedana na -4 ° C i +4 ° C. Te ćete uvjete postići ako ga posijete na otvorenom u jesen. Sjetva u zatvorenom prostoru moguća je tijekom cijele godine - razdoblje hlađenja tada se umjetno stvara u hladnjači. Sjemenke samo malo prekrijte začinskim biljem ili zemljom za uzgoj. Posudu s kulturom prekrijte prozirnom folijom koju ste opremili rupama. To štiti tlo od isušivanja. Svaka dva do tri dana skinite foliju na 2 sata. Time se sprječava stvaranje plijesni na tlu za uzgoj. Stavite posudu za sjeme na svijetlo i toplo mjesto s 15 do 20°C i održavajte tlo za saksije vlažnim, ali ne mokrim. Može proći nekoliko tjedana dok sadnice niknu. **Najbolja lokacija:** Crnjak voli sunčana do polusjenovita mjesta i vapnenasto, rahlo tlo. **Optimalna njega:** U dugim sušnim razdobljima treba redovito zalijevati. Cvjetove možete pažljivo otrgnuti kad procvjetaju i brzo ih osušiti u hladu. Korijenje iskopati u jesen ili proljeće i nakon čišćenja osušiti u mlakoj pećnici. **U zimi:** Kravojac prezimljuje s višegodišnjim, debelim, kratkim rizomom.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Govs slīdnis
Primula veris
Pirmais ziedošais pavasara vēstnesis – noder saaukstēšanās gadījumos

Govs slīdnis sasniedz 8 līdz 30 centimetru augstumu un parasti sastopams mazākās un lielākās grupās, kur kātiņš ar ziedu izaug no lapu rozetēm ar olveida lapām. Tas ir viens no pirmajiem ziedošajiem augiem pavasarī. Dzeltendzelteno, spēcīgi smaržīgo ziedu sezona ilgst no aprīļa līdz jūnijam ziemeļos vai no februāra līdz maijam dienvidos, atkarībā no atrašanās vietas. Tā kā Vidusjūras reģionā govju slīdnis nav sastopams, tas nav pazīstams kā sens ārstniecības augs. To ārstniecisko vērtību atklāja tikai vēlāk un aprakstīja, piemēram, Hildegarde fon Bingena. Aktīvās spējas: Cowslips ir novērtēti kā ārstniecības augi, jo tās satur saponīnu, jo ekstraktiir atkrēpošanas efekts saaukstēšanās gadījumos ar gļotādu klepu un iesnām. Tēja: 1-2 tējkarotes prīmulas saknes vai zieda ielej 150 ml verdoša ūdens un 10 minūtes vāra, pirms izkāš un dzer maziem malciņiem. Govs klipšu tinktūra: uzskrūvējamā burkā pārlejiet dubulto graudu vai spirtu pāri govs saknēm vai ziediem, līdz visas auga daļas ir pārklātas, un atstājiet maisījumu pārklātu 2 līdz 6 nedēļas. Pēc tam izkāš un ielej tumšā pudelē. Starp citu, savvaļas garšaugu salātiem var pievienot arī svaigas, jaunas govslapu lapas. **Dabiska vieta**: Govs slīdnis ir plaši izplatīts lielā daļā Eiropas un Tuvo Austrumu pļavās lapu koku mežos un ir stingri aizsargāts Vācijā. **Veiksmīga audzēšana:** Cowslips ir saaukstēšanās baktērijas. Tāpēc sākotnēji sēklas jāuzglabā 4 līdz 6 nedēļas temperatūrā -4°C un +4°C. Šos nosacījumus sasniegsiet, ja rudenī tās sēsiet ārā. Sēšana iekštelpās ir iespējama visu gadu – pēc tam ledusskapī mākslīgi tiek ģenerēts dzesēšanas periods. Audzēšanai sēklas tikai nedaudz pārklājiet ar garšaugu vai podiņzemi. Nosedziet kultivēšanas trauku ar pārtikas plēvi, kuru nodrošina ar caurumiem. Tas pasargā augsni no izžūšanas. Jums vajadzētu noņemt foliju 2 stundas ik pēc divām līdz trim dienām. Tas novērš pelējuma veidošanos augošajā augsnē. Novietojiet sēklu podu gaišā un siltā vietā ar temperatūru 15 līdz 20 ° C un turiet augsni mitru, bet ne mitru. Var paiet dažas nedēļas, līdz stādi izdīgst. **Labākā atrašanās vieta:** Govju slīdnis dod priekšroku saulainām vai daļēji ēnainām vietām un kaļķainām, irdenām augsnēm. **Optimāla aprūpe:** Ilgā sausā periodā jums regulāri jālaista. Jūs varat rūpīgi noplūkt ziedus, kad tie uzzied, un ātri nožūt ēnā. Rudenī vai pavasarī izrok saknes un pēc tīrīšanas izžāvē remdenā cepeškrāsnī. **Ziemā:** Cowslip pārziemo ar daudzgadīgu, biezu, īsu sakneņu.



Karvių šleifas
Primula veris
Pirmasis žydintis pavasario pranašas – naudingas peršalus

Karvgalvis pasiekia 8–30 centimetrų aukštį ir dažniausiai aptinkamas mažesnėmis ir didesnėmis grupėmis, kur kotelis su žiedu išauga iš lapų rozečių su kiaušiniais lapais. Tai vienas pirmųjų pavasarį žydinčių augalų. Jo trynio geltonumo, stipriai kvepiančių žiedų sezonas šiaurėje tęsiasi nuo balandžio iki birželio, o pietuose – nuo vasario iki gegužės, priklausomai nuo vietos. Kadangi Viduržemio jūros regione karvių roplys neaptinkamas, jis nėra žinomas kaip senovinis vaistinis augalas. Jų gydomąją vertę atrado tik vėliau ir aprašė, pavyzdžiui, Hildegard von Bingen. Aktyviosios galios: Karvžolės yra vertinamos kaip vaistiniai augalai dėl saponino kiekio, nes ekstraktaituri atsikosėjimą skatinantį poveikį sergant peršalimu su gleiviniu kosuliu ir sloga. Arbata: 1-2 arbatinius šaukštelius primulės šaknų ar žiedų užpilkite 150 ml verdančio vandens ir pavirkite 10 minučių, prieš nukošdami ir gerdami mažais gurkšneliais. Karvižolių tinktūra: Užsukamą stiklainį užpilkite dvigubais grūdeliais arba spiritu ant karvių šaknų ar žiedų, kol visos augalo dalys pasidengs, ir palikite mišinį uždengtą 2–6 savaites. Tada nukoškite ir supilkite į tamsų butelį. Beje, į laukinių žolelių salotas galima dėti ir šviežių, jaunų karvižolių lapelių. **Natūrali vieta**: Karvių šleifas yra plačiai paplitęs daugelyje Europos ir Artimųjų Rytų pievose lapuočių miškuose ir yra griežtai saugomas Vokietijoje. **Sėkmingas auginimas:** Cowslips yra šalčio mikrobai. Todėl iš pradžių sėklas turėtumėte laikyti 4–6 savaites -4°C ir +4°C temperatūroje. Šias sąlygas pasieksite, jei rudenį jas pasėsite lauke. Sėti patalpoje galima ištisus metus – tada šaldytuve dirbtinai generuojamas atšalimo laikotarpis. Sėklas tik šiek tiek uždenkite žolelėmis arba vazonine žeme auginimui. Kultūros indą uždenkite maistine plėvele, kurioje yra skylės. Tai apsaugo dirvą nuo išdžiūvimo. Kas dvi ar tris dienas 2 valandas nuimkite foliją. Tai neleidžia augančioje dirvoje susidaryti pelėsiui. Sėklų vazoną pastatykite šviesioje ir šiltoje vietoje, kurios temperatūra yra 15–20 ° C, o vazono žemė turi būti drėgna, bet ne šlapia. Gali praeiti kelios savaitės, kol daigai išdygs. **Geriausia vieta:** Karvė mėgsta saulėtą ar pusiau pavėsingą vietą ir kalkingą, purią dirvą. **Optimali priežiūra:** Ilgą laiką esant sausam laikui, reikia reguliariai laistyti. Galite atsargiai nuskinti žiedus, kai jie žydi, ir greitai išdžiovinti pavėsyje. Rudenį arba pavasarį išskobkite šaknis ir išvalę išdžiovinkite drungnoje orkaitėje. **Žiemą:** Karvgalvis žiemoja daugiamečiu, storu, trumpu šakniastiebiu.



Cowslip
Primula veris
L-ewwel blooming harbinger tar-rebbiegħa - utli għall-irjiħat

Il-cowslip jilħaq għoli ta '8 sa 30 ċentimetru u normalment jinstab fi gruppi iżgħar u akbar, fejn iz-zokk bil-fjura tikber minn rosettes tal-weraq b'weraq ovoid. Hija waħda mill-ewwel pjanti tal-fjuri fir-rebbiegħa. L-istaġun tal-fjuri isfar-isfar tiegħu, li jfuħu b'mod qawwi jestendi minn April sa Ġunju fit-tramuntana jew minn Frar sa Mejju fin-nofsinhar, skond il-post. Peress li l-cowslip ma sseħħx fir-reġjun tal-Mediterran, mhuwiex magħruf bħala pjanta mediċinali antika. Il-valur tal-fejqan tagħhom ġie skopert biss aktar tard u deskritt, pereżempju, minn Hildegard von Bingen. Setgħat attivi: Cowslips huma vvalutati bħala pjanti mediċinali minħabba l-kontenut ta 'saponin tagħhom, peress li l-estrattigħandhom effett expectorant fuq irjiħat b'sogħla mukuża u imnieħer inixxi. Te: Ferra 1-2 kuċċarini ta 'għerq jew fjura tal-primula f'tazza ta' 150ml ta 'ilma jagħli u wieqaf għal 10 minuti qabel tisfija u tixrob f'sorbiti żgħar. Tinctura tal-baqar: F'vażett bil-kamin, ferra qamħ doppju jew alkoħol fuq għeruq jew fjuri tal-baqar sakemm il-partijiet kollha tal-pjanta jkunu mgħottija u ħalli t-taħlita mgħottija għal 2 sa 6 ġimgħat. Imbagħad razza u ferra fi flixkun skur. Inċidentalment, weraq friski u żgħar tal-baqar jistgħu jiġu miżjuda wkoll ma 'insalati tal-ħxejjex selvaġġi. **Post naturali**: Il-cowslip hija mifruxa f'partijiet kbar tal-Ewropa u l-Lvant Qarib fuq mergħat f'foresti jwaqqgħu l-weraq u hija strettament protetta fil-Ġermanja. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Cowslips huma mikrobi kesħin. Għalhekk għandek inizjalment taħżen iż-żrieragħ għal ġimgħat 4 sa 6 f'-4 ° C u + 4 ° C. Inti tikseb dawn il-kundizzjonijiet jekk tiżragħhom barra fil-ħarifa. Iż-żrigħ fuq ġewwa huwa possibbli s-sena kollha - il-perjodu ta 'tkessiħ imbagħad jiġi ġġenerat artifiċjalment fil-friġġ. Għatti ż-żrieragħ biss ftit bil-ħaxix jew ħamrija tal-qsari għall-kultivazzjoni. Għatti l-bastiment tal-kultura b'cling film, li inti tipprovdi b'toqob. Dan jipproteġġi l-ħamrija milli tinxef. Għandek tneħħi l-fojl għal sagħtejn kull jumejn jew tlett ijiem. Dan jipprevjeni l-iffurmar tal-moffa fuq il-ħamrija li qed tikber. Poġġi l-borma taż-żerriegħa f'post ħafif u sħun bi 15 sa 20 ° Celsius u żomm il-ħamrija tal-qsari niedja iżda mhux imxarrba. Jista 'jieħu ftit ġimgħat biex in-nebbieta jinbet. **L-aħjar post:** Il-cowslip jippreferi postijiet xemxija għal semi-dellija u ħamrija kalkarja u maħlula. **Kura ottimali:** F'perjodi twal niexfa għandek tisqija regolarment. Tista 'taqt il-fjuri bir-reqqa meta jiffjorixxu u nixxefhom malajr fid-dell. Ħaffer l-għeruq fil-ħarifa jew fir-rebbiegħa u, wara t-tindif, nixxefhom f'forn fietel. **Fix-xitwa:** Cowslip overwinters b'riżoma perenni, oħxon u qasir.



Medicinale Planten - Sleutelbloem
Primula veris
De eerste bloeiende voorbode van de lente - Handig bij verkoudheid

De echte sleutelbloem bereikt een gestaltehoogte van 8 tot 30 centimeter en komt vooral voor in kleinere en grotere groepen, waarbij de stengel meegroeit met de bloem uit rozetten met ovale bladeren. Het is een van de eerste planten die in het voorjaar bloeit. De tijd van hun dooiergele, sterk geurende bloemen strekt zich, afhankelijk van de locatie, uit van april tot juni in het noorden of van februari tot mei in het zuiden. Omdat de sleutelbloem niet in de Middellandse Zee voorkomt, staat hij niet bekend als een oude medicinale plant. Zijn genezende waarde werd pas later ontdekt en beschreven door bijvoorbeeld Hildegard von Bingen. Actieve krachten: Als medicinale plant worden koeienlippen gewaardeerd vanwege hun saponinegehalte, omdat de extracten een slijmoplossend effect hebben bij verkoudheid met slijmhoest en loopneus. Thee: Giet een tot twee theelepels teunisbloemwortels of bloemen over met een kop kokend water (150 ml) en laat het tien minuten trekken voordat je het zeeft en in kleine slokjes drinkt. Sleutelbloem tinctuur: Giet de sleutelbloemwortels of bloemen in een pot met schroefdop met dubbele korrel of alcohol totdat alle delen van de plant bedekt zijn en laat het mengsel 2 tot 6 weken trekken. Zeef vervolgens en vul in een donkere fles. Verse, jonge primula-bladeren kunnen ook worden toegevoegd aan salades met wilde kruiden. **Natuurlijke locatie**: De sleutelbloem is in grote delen van Europa en het Midden-Oosten wijdverspreid op weilanden in loofbossen en is in Duitsland streng beschermd. **Succesvolle teelt:** Cowslips zijn koude ziektekiemen. Bewaar de zaden daarom in eerste instantie 4 tot 6 weken bij -4 ° C en + 4 ° C. Deze condities bereik je als je in de herfst buiten zaait. In het huis is zaaien het hele jaar mogelijk - de afkoelperiode wordt dan kunstmatig gegenereerd in de koelkast. Bedek de zaden slechts een klein beetje met kruiden of potgrond. Dek de kweekbak af met vershoudfolie, die u van gaten heeft voorzien. Dit beschermt de aarde tegen uitdroging. Om de twee tot drie dagen moet u de film gedurende 2 uur verwijderen. Dit voorkomt schimmelvorming op de teeltgrond. Zet de kweekbak op een lichte en warme plaats met 15 tot 20 ° Celsius en houd de kweekgrond vochtig, maar niet nat. Het kan een paar weken duren voordat de zaailingen ontkiemen. **De beste locatie:** De sleutelbloem geeft de voorkeur aan zonnige tot gedeeltelijk beschaduwde locaties en een kalkrijke, losse grond. **Optimale verzorging:** Tijdens lange droge periodes moet u regelmatig water geven. U kunt de bloemen in de bloeitijd voorzichtig afplukken en snel in de schaduw drogen. Graaf wortels in de herfst of lente en droog ze na het schoonmaken in een lauwwarme oven. **In de winter:** De sleutelbloem overwintert met een meerjarige, dikke, korte wortelstok.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Kuslip
Primula veris
Den første blomstrende vårbebuderen - nyttig for forkjølelse

Kuslippen når en høyde på 8 til 30 centimeter og finnes vanligvis i mindre og større grupper, hvor stilken med blomsten vokser fra bladrosetter med eggformede blader. Det er en av de første blomstrende plantene om våren. Sesongen for dens eggeplomme-gule, sterkt duftende blomster strekker seg fra april til juni i nord eller fra februar til mai i sør, avhengig av plasseringen. Siden kuslippet ikke forekommer i middelhavsområdet, er det ikke kjent som en eldgammel medisinplante. Deres helbredende verdi ble først oppdaget senere og beskrevet av for eksempel Hildegard von Bingen. Aktive krefter: Cowslips er verdsatt som medisinplanter på grunn av deres saponininnhold, siden ekstraktenehar slimløsende effekt ved forkjølelse med slimhoste og rennende nese. Te: Hell 1-2 ts primula rot eller blomst i en 150 ml kopp kokende vann og la den trekke i 10 minutter før du siler og drikker i små slurker. Kusliptinktur: Hell dobbel korn eller alkohol over kusliprøtter eller blomster til alle deler av planten er dekket og la blandingen dekkes i 2 til 6 uker. Sil deretter og hell over i en mørk flaske. Forresten, friske, unge kuslipblader kan også legges til ville urtesalater. **Naturlig beliggenhet**: Kuslippen er utbredt i store deler av Europa og det nære østen på enger i løvskog og er strengt fredet i Tyskland. **Vellykket dyrking:** Cowslips er kalde bakterier. Du bør derfor i utgangspunktet lagre frøene i 4 til 6 uker ved -4 ° C og +4 ° C. Disse forholdene vil du oppnå hvis du sår dem utendørs om høsten. Såing innendørs er mulig hele året - kjøleperioden genereres da kunstig i kjøleskapet. Dekk frøene bare litt med urte- eller pottejord for dyrking. Dekk kulturkaret med matfilm, som du forsyner med hull. Dette beskytter jorda mot å tørke ut. Du bør fjerne folien i 2 timer annenhver til tredje dag. Dette forhindrer at det dannes mugg på den voksende jorda. Plasser frøpotten på et lett og varmt sted med 15 til 20° Celsius og hold pottejorda fuktig, men ikke våt. Det kan ta noen uker før frøplantene spirer. **Den beste beliggenheten:** Kuslippen foretrekker solrike til halvskygge steder og kalkrik, løs jord. **Optimal omsorg:** I lange tørre perioder bør du vanne regelmessig. Du kan forsiktig plukke blomstene når de blomstrer og tørke dem raskt i skyggen. Grav ut røttene om høsten eller våren og tørk dem etter rengjøring i en lunken ovn. **Om vinteren:** Cowslip overvintrer med en flerårig, tykk, kort rhizom.



Cowslip
Primula veris
Pierwszy kwitnący zwiastun wiosny - pomocny na przeziębienia

Pierwiosnek osiąga od 8 do 30 cm wysokości i przeważnie występuje w małych lub większych grupach. Z rozet liściowych o owalnych liściach rozwija łodygę z kwiatem. Pierwiosnek jest jedną z pierwszych roślin kwitnących wiosną i wykazuje żółte żółtko, silnie pachnące kwiaty, w zależności od lokalizacji, od kwietnia do czerwca na północy lub od lutego do maja na południu. Ponieważ nie rośnie naturalnie w regionie śródziemnomorskim, w starożytności nie była znana jako roślina lecznicza. Pierwiosnek został odkryty znacznie później, a jego lecznicze działanie odnotowała m.in. Hildegarda z Bingen. Substancje czynne: Roślina jest ceniona jako roślina lecznicza głównie ze względu na wysoką zawartość saponin oraz mukolityczne działanie ekstraktów na przeziębienia z flegmicznym kaszlem i kichaniem. Herbata: Zlej jedną lub dwie łyżeczki korzeni lub kwiatów filiżanką (150 ml) gorącej wrzącej wody i gotuj na wolnym ogniu przez około 10 minut, a następnie odcedź herbatę i popij ją małymi łykami. Nalewka z wiesiołka: Umieść korzenie lub kwiaty rośliny w zakręcanym słoiku i napełnij go sznapsem kukurydzianym lub wodnym alkoholem etylowym, aż wszystkie części rośliny zostaną zakryte, zamknij słoik i pozostaw napar na dwa do sześciu tygodni. Następnie możesz odcedzić nalewkę i wlać ją do butelek z ciemnego szkła. Świeże, młode liście pierwiosnka można również dodać do smacznej sałatki z dzikich ziół. **Naturalne położenie**: Pierwiosnek występuje w środowisku naturalnym w dużej części Europy i na Bliskim Wschodzie, gdzie rośnie głównie na łąkach w lasach liściastych. W Niemczech jest to roślina objęta ścisłą ochroną. **Udana uprawa:** Pierwiosnek jest zimnym kiełkującym, a nasiona należy początkowo przechowywać przez około cztery do sześciu tygodni w temperaturze od -4 ° C do + 4 ° Celsjusza. Możesz osiągnąć te warunki, wysiewając na zewnątrz jesienią. Rozmnażanie nasion w pomieszczeniach jest jednak możliwe przez cały rok, przy czym nasiona należy przechowywać w lodówce przez początkowy okres chłodzenia. Po posadzeniu przykryj nasiona tylko nieznacznie ziemią doniczkową lub specjalną ziemią na zioła. W przypadku rozmnażania w pomieszczeniach przykryj również pojemnik na nasiona przezroczystą folią, aby zapobiec wysychaniu ziemi, ale nie zapomnij zrobić otworów w przezroczystej folii i zdejmować ją co drugi lub trzeci dzień na około 2 godziny. W ten sposób unikniesz tworzenia się pleśni na kompoście doniczkowym. Umieść pojemnik na nasiona w miejscu jasnym i ciepłym o temperaturze od 15 ° C do 20 ° Celsjusza i utrzymuj ziemię w stanie wilgotnym, ale nie mokrym. Do wykiełkowania może minąć kilka tygodni. **Najlepsza lokalizacja:** Pierwiosnek preferuje stanowiska słoneczne lub półcieniste oraz luźną, wapienną glebę. **Optymalna pielęgnacja:** Podlewaj roślinę regularnie podczas dłuższych okresów suszy. Podczas kwitnienia można ostrożnie zerwać główki kwiatowe i od razu umieścić je w cieniu do wyschnięcia. Jesienią lub wiosną można odkopać korzenie, oczyścić je i pokroić, a następnie wysuszyć kawałki w letnim piekarniku. **W zimę:** Primrose hibernuje pod ziemią dzięki wytrzymałemu, krótkiemu i grubemu kłączu.



Prímula
Primula veris
O primeiro prenúncio de floração da primavera - útil para resfriados

A prímula atinge uma altura de 8 a 30 centímetros e costuma ser encontrada em grupos menores e maiores, onde o caule com a flor cresce a partir de rosetas foliares com folhas ovóides. É uma das primeiras plantas com flores na primavera. A estação de suas flores amarelo-gema e fortemente perfumadas se estende de abril a junho no norte ou de fevereiro a maio no sul, dependendo da localização. Como a prímula não ocorre na região do Mediterrâneo, não é conhecida como uma planta medicinal antiga. Seu valor curativo só foi descoberto mais tarde e descrito, por exemplo, por Hildegard von Bingen. Poderes ativos: As prímulas são valorizadas como plantas medicinais devido ao seu teor de saponinas, uma vez que os extratostêm um efeito expectorante em resfriados com tosse mucosa e coriza. Chá: Despeje 1-2 colheres de chá de raiz ou flor de prímula em um copo de 150ml de água fervente e deixe em infusão por 10 minutos antes de coar e beber em pequenos goles. Tintura de prímula: Em uma jarra com tampa de rosca, despeje grãos duplos ou álcool sobre raízes ou flores de prímula até que todas as partes da planta estejam cobertas e deixe a mistura coberta por 2 a 6 semanas. Em seguida, coe e despeje em uma garrafa escura. Aliás, folhas frescas e jovens de prímula também podem ser adicionadas a saladas de ervas silvestres. **Localização natural**: A prímula é comum em grandes partes da Europa e Oriente Próximo em prados em florestas decíduas e é estritamente protegida na Alemanha. **Cultivo bem sucedido:** Cowslips são germes frios. Portanto, você deve inicialmente armazenar as sementes por 4 a 6 semanas a -4 ° C e +4 ° C. Você alcançará essas condições se as semear ao ar livre no outono. A semeadura dentro de casa é possível durante todo o ano - o período de resfriamento é gerado artificialmente na geladeira. Cubra as sementes apenas ligeiramente com ervas ou terra para cultivo. Cubra o recipiente de cultura com filme plástico, que você fornece com furos. Isso protege o solo de secar. Você deve remover o papel alumínio por 2 horas a cada dois ou três dias. Isso evita a formação de mofo no solo em crescimento. Coloque o vaso de sementes em um local claro e quente com 15 a 20 ° Celsius e mantenha o solo do vaso úmido, mas não molhado. Pode levar algumas semanas para que as mudas brotem. **A melhor localização:** A prímula prefere locais ensolarados a semi-sombreados e solos calcários e soltos. **Cuidado ideal:** Em longos períodos de seca, você deve regar regularmente. Você pode colher cuidadosamente as flores quando elas desabrocharem e secá-las rapidamente na sombra. Desenterre as raízes no outono ou na primavera e, após a limpeza, seque-as em forno morno. **No inverno:** Cowslip hiberna com um rizoma perene, espesso e curto.



Plante medicinale - Vâslă
Primula veris
Primul vestitor înflorit al primăverii - Util pentru răceli

Vârful de vacă real atinge o înălțime de 8 până la 30 de centimetri și se găsește mai ales în grupuri mai mici și mai mari, unde tulpina crește odată cu floarea din rozete cu frunze ovoide. Este una dintre primele plante care înflorește primăvara. Timpul florilor lor galben-galben, puternic parfumate se extinde, în funcție de locație, din aprilie până în iunie în nord sau din februarie până în mai în sud. Întrucât vopseaua nu se găsește în Marea Mediterană, nu este cunoscută ca o plantă medicinală antică. Valoarea sa vindecătoare a fost descoperită abia mai târziu și descrisă, de exemplu, de Hildegard von Bingen. Puteri active: Ca plantă medicinală, primula este apreciată pentru conținutul său de saponină, deoarece extractele au un efect expectorant în cazul răcelilor cu tuse mucoasă și curgerii nasului. Ceai: Se toarnă una până la două linguriță de rădăcini de primula sau flori peste cu o ceașcă de apă clocotită (150 ml) și se lasă să se absoarbă timp de zece minute înainte de a strecura și a bea cu înghițituri mici. Tinctura de pastă: Se toarnă rădăcinile sau florile de pastă într-un borcan cu șuruburi, cu bob dublu sau spirt de vin, până când toate părțile plantei sunt acoperite și se lasă amestecul să se absoarbă timp de 2 până la 6 săptămâni. Apoi strecurați și completați într-o sticlă întunecată. Frunzele proaspete și de primrole tinere pot fi adăugate și la salatele de plante sălbatice. **Locație naturală**: Vâsla este răspândită în părți mari din Europa și Orientul Mijlociu pe pajiștile din pădurile de foioase și este strict protejată în Germania. **Cultivare de succes:** Pastile de vaci sunt germeni reci. Prin urmare, ar trebui să păstrați inițial semințele timp de 4 până la 6 săptămâni la -4 ° C și + 4 ° C. Obțineți aceste condiții atunci când semănați în aer liber toamna. În casă, semănatul este posibil pe tot parcursul anului - perioada de răcire este apoi generată artificial în frigider. Acoperiți semințele doar puțin cu ierburi sau sol de ghiveci. Acoperiți vasul de cultivare cu folie alimentară, pe care ați prevăzut-o cu găuri. Acest lucru protejează pământul de uscare. La fiecare două până la trei zile ar trebui să îndepărtați filmul timp de 2 ore. Acest lucru previne formarea mucegaiului pe solul de cultivare. Așezați vasul de cultivare într-un loc ușor și cald, cu 15 până la 20 ° Celsius și mențineți solul de cultivare umed, dar nu umed. Poate dura câteva săptămâni până când răsadurile să încolțească. **Cea mai bună locație:** Vâsla preferă locațiile însorite față de cele parțial umbrite și un sol calcaros și slăbit. **Îngrijire optimă:** Ar trebui să udați regulat în timpul perioadelor lungi de uscare. Puteți smulge cu atenție florile la momentul înfloririi și le puteți usca rapid la umbră. Dezgropați rădăcinile toamna sau primăvara și uscați-le tăiate într-un cuptor călduț după curățare. **În iarnă:** Vâsla iernează cu un rizom peren, gros, scurt.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Läkemedelsväxter - Korslip

Primula veris

Den första blommande våren - Hjälpsam vid förkylning

Den riktiga korslipan når en höjd av 8 till 30 centimeter och finns mestadels i mindre och större grupper, där stammen växer med blomman från rosetter med äggformiga löv. Det är en av de första växterna som blommar på våren. Tiden för deras gulgula, starkt doftande blommor sträcker sig, beroende på plats, från april till juni i norr eller från februari till maj i söder. Eftersom korslipan inte förekommer i Medelhavsområdet är den inte känd som en gammal medicinalväxt. Dess helande värde upptäcktes först senare och beskrivs till exempel av Hildegard von Bingen. Aktiva krafter: Som en läkemedelsväxt värdesätts muggar på grund av sitt saponininnehåll, eftersom extrakten har en slemlösande effekt vid förkylning med slemhosta och rinnande näsa. Te: Häll en till två teskedar primula-rötter eller blommor över med en kopp kokande vatten (150 ml) och låt den branta i tio minuter innan du silar och dricker i små klunkar. Cowslip tincture: Häll Cowslip-rötterna eller blommorna i en skruvkruka med dubbelkorn eller vinpreparat tills alla delar av växten är täckta och låt blandningen dra i 2 till 6 veckor. Sil sedan och fyll i en mörk flaska. Färska, unga primula-blad kan också läggas till vilda örtsallader. **Naturligt läge**: Korslipan är utbredd i stora delar av Europa och Mellanöstern på ängar i lövskogar och är strikt skyddad i Tyskland. **Framgångsrik odling:** Korslår är kalla bakterier. Du bör därför först lagra fröna i 4 till 6 veckor vid -4 ° C och + 4 ° C. Du uppnår dessa förhållanden när du sår utomhus på hösten. I huset är såning möjlig året runt - kylperioden genereras sedan artificiellt i kylen. Täck fröna bara lite med ört eller krukväxt. Täck odlingskärlet med plastfolie, som du har försett med hål. Detta skyddar jorden från att torka ut. Varannan till var tredje dag ska du ta bort filmen i två timmar. Detta förhindrar att mögel bildas på odlingsjorden. Placera odlingskärlet på en lätt och varm plats med 15 till 20 ° Celsius och håll odlingsjorden fuktig men inte våt. Det kan ta några veckor för plantorna att gro. **Den bästa platsen:** Korskluren föredrar soliga till delvis skuggade platser och en kalkhaltig, lös jord. **Optimal vård:** Du bör vattna regelbundet under långa torra perioder. Du kan försiktigt plocka av blommorna vid blomningen och torka dem snabbt i skuggan. Gräva upp rötterna på hösten eller våren och torka dem skurna i en ljumm ugn efter rengöring. **På vintern:** Korslipet övervintrar med en flerårig, tjock, kort risstam.



Pasienka

Primula veris

Prvá kvitnúca predzvesť jari - užitočná pri prechladnutí

Kravík dosahuje výšku 8 až 30 centimetrov a nachádza sa väčšinou v menších i väčších skupinách, kde stonka s kvetom vyrastá z listových ružíc s vajcovitými listami. Je to jedna z prvých rastlín kvitnúcich na jar. Sezóna jeho žltožltých, silne voňajúcich kvetov trvá podľa lokality od apríla do júna na severe alebo od februára do mája na juhu. Keďže sa pastierka nevyskytuje v oblasti Stredozemného mora, nie je známa ako prastará liečivá rastlina. Ich liečivú hodnotu objavila až neskôr a opísala ich napríklad Hildegarda von Bingen. Aktívne sily: Vajcia sú cenené ako liečivé rastliny pre obsah saponínov, pretože extraktymajú expektoračný účinok pri prechladnutí s hlienovým kašľom a nádchou. Čaj: 1-2 čajové lyžičky koreňa alebo kvetu prvosienky zalejte 150ml šálkou vriacej vody a lúhujte 10 minút, potom sceďte a pite po malých dúškoch. Tinktúra pastivky: V nádobe so skrutkovacím uzáverom zalejte korienky alebo kvety dvojzrnky alebo liehu, kým nie sú zakryté všetky časti rastliny, a zmes nechajte prikrytú 2 až 6 týždňov. Potom sceďte a nalejte do tmavej fľaše. Mimochodom, čerstvé, mladé listy pastierky sa môžu pridávať aj do šalátov z divokých bylín. **Prirodzená poloha**: Krvavec je rozšírený vo veľkých častiach Európy a na Blízkom východe na lúkach v listnatých lesoch a v Nemecku je prísne chránený. **Úspešná kultivácia:** Pavúky sú studené baktérie. Semená by ste preto mali spočiatku skladovať 4 až 6 týždňov pri teplote -4 ° C a + 4 ° C. Tieto podmienky dosiahnete, ak ich na jeseň vysejete vonku. Výsev v interiéri je možný po celý rok – obdobie chladenia sa potom umelo vytvára v chladničke. Semená na pestovanie prikryte len mierne bylinkovou alebo črepníkovou zeminou. Kultivačnú nádobu prikryte potravinovou fóliou, ktorú opatríte otvormi. To chráni pôdu pred vysychaním. Fóliu by ste mali odstraňovať na 2 hodiny každé dva až tri dni. To zabraňuje tvorbe plesní na rastúcej pôde. Umiestnite kvetináč na svetlé a teplé miesto s teplotou 15 až 20 °C a udržujte pôdu v kvetináči vlhkú, ale nie mokrú. Môže trvať niekoľko týždňov, kým sadenice vyklíčia. **Najlepšie umiestnenie:** Kravienka obľubuje slnečné až polotieniste polohy a vápenatú, kyprú pôdu. **Optimálna starostlivosť:** Počas dlhých období sucha by ste mali pravidelne zalievať. Kvety môžete opatrne trhať, keď odkvitnú a rýchlo ich sušiť v tieni. Korene na jeseň alebo na jar vykopte a po očistení ich osušte vo vlažnej rúre. **V zime:** Vajcia prezimuje s trvácim, hustým, krátkym podzemkom.



Kravji slip

Primula veris

Prvi cvetoči znanilec pomladi - pomaga pri prehladu

Krvavec doseže višino od 8 do 30 centimetrov in ga običajno najdemo v manjših in večjih skupinah, kjer steblo s cvetom raste iz listnih rozet z jajčastimi listi. Je ena prvih spomladi cvetočih rastlin. Sezona njenih rumenkasto rumenih, močno dišečih cvetov se razteza od aprila do junija na severu ali od februarja do maja na jugu, odvisno od lege. Ker kravji slip ne raste v Sredozemlju, ni poznan kot starodavna zdravilna rastlina. Njihovo zdravilno vrednost je odkrila šele pozneje in opisala na primer Hildegard von Bingen. Delovne moči: kravji lističi so cenjeni kot zdravilne rastline zaradi vsebnosti saponinov, saj izvlečkiimajo izkašljevalni učinek pri prehladih s sluzastim kašljem in izcedkom iz nosu. Čaj: 1-2 čajni žlički korenine ali cveta jegliča vlijemo v 150 ml skodelice vrele vode in pustimo stati 10 minut, preden precedimo in pijemo po majhnih požirkih. Tinktura kravjega trava: V kozarcu z navojem prelijte dvojno zrnje ali alkohol čez korenine ali cvetove kravjega trava, dokler niso pokriti vsi deli rastline, in pustite mešanico pokrito 2 do 6 tednov. Nato precedimo in prelijemo v temno steklenico. Mimogrede, sveže, mlade liste ruševja lahko dodamo tudi solatam iz divjih zelišč. **Naravni habitat**: Cveji slip je razširjen v večjem delu Evrope in Bližnjega vzhoda na travnikih v listnatih gozdovih in je v Nemčiji strogo zaščiten. **Navodila za gojenje:** Kravji lističi so hladni kalčki. Zato semena najprej hranite 4 do 6 tednov pri -4 ° C in +4 ° C. Te pogoje boste dosegli, če jih jeseni posejete na prosto. Setev v zaprtih prostorih je možna vse leto - hladilno dobo nato umetno ustvarimo v hladilniku. Semena le rahlo pokrijte z zelišči ali zemljo za gojenje. Posodo z kulturo pokrijte s folijo za živila, ki jo opremite z luknjami. To ščiti tla pred izsušitvijo. Vsake dva do tri dni za 2 uri odstranite folijo. S tem preprečimo nastanek plesni na rastni zemlji. Lonček s semeni postavite na svetlo in toplo mesto s temperaturo od 15 do 20 °C, zemlja v lončku pa naj bo vlažna, vendar ne mokra. Lahko traja nekaj tednov, da sadike vzklijejo. **Najboljša lokacija:** Kravcu prijajo sončne do polsenčne lege ter apnenčasta, rahla tla. **Optimalna nega:** V daljših sušnih obdobjih je potrebno redno zalivanje. Cvetove lahko previdno potrgate, ko odcvetijo in jih na hitro posušite v senci. Korenine izkopljemo jeseni ali spomladi in jih po čiščenju posušimo v mlačnem sušilniku. **V zimskem času:** Kravec prezimi s trajnico, debelo in kratko koreniko.



Primavera

Primula veris

La primera floración de la primavera - remedio para resfriados

La hierba de la primavera alcanza una altura de 8 a 30 centímetros y se puede encontrar en pequeñas o grandes agrupaciones, en las que forma una roseta de hojas ovaladas. Sobre un único tallo crecen varias flores formando ramilletes. En primavera es una de las primeras plantas que florecen. Dependiendo de su ubicación, de abril a junio en el norte, o de febrero a mayo en el sur, surgen las flores fragantes de color amarillo intenso. Como la planta no crece en el Mediterráneo no es conocida como remedio natural de la antigüedad. Su valor como remedio de curación se descubrió más tarde y ha sido descrito por ejemplo por Hildegard von Bingen. Fuerzas activas: la hierba de la primavera tiene un alto contenido de saponinas que ayuda a combatir las causas de la tos y resfriado disolviendo la mucosidad. Té: vierta 150 ml de agua hirviendo sobre 2 cucharadas de raíces o flores de hierba de primavera y déjelo reposar durante 10 minutos, después fíltrelo y bébalo a sorbos pequeños. Tinte: vierta en alcohol o agua ardiente las raíces o flores hasta cubrir las mismas en un vaso de cristal con cierre de rosca. Mantenga la mezcla durante 2 a 6 semanas reposando. Después cuélela y embotéllela en una botella oscura. La hierba de la primavera fresca puede utilizarse en ensaladas de hierbas silvestres. **Ubicación natural**: La prímula se expande en gran parte de Europa y Asia occidental en los prados de los bosques de hoja caduca, y está estrictamente protegida en Alemania. **Cultivo exitoso:** La hierba de la primavera germina en frío por lo que debe mantener las semillas durante cuatro a seis semanas entre -4 a 4 grados. Esas condiciones las puede cubrir sembrándolas en otoño. En interior se puede criar durante todo el año simulando el periodo frío manteniéndolas en el frigorífico. Cubra las semillas ligeramente con tierra para el cultivo de hierbas o sustrato. Cubra el recipiente de cultivo con un film transparente y agujeréelo. Así protegerá la tierra de la desecación. Para evitar la putrefacción del sustrato retire el film cada dos o tres días durante 2 horas. Coloque el recipiente de cultivo en un lugar luminoso y cálido a alrededor de 15 a 20 grados y mantenga el sustrato húmedo, pero no mojado. La germinación se producirá después de unas semanas. **La mejor ubicación:** La prímula prefiere un lugar entre soleado a semi sombra, un suelo calcáreo y tierra suelta. **Cuidado óptimo:** En períodos largos de sequía debe regar con regularidad. Las flores las puede arrancar con cuidado en la inflorescencia y dejarlas secar rápidamente en la sombra. Las raíces las desentierra en otoño o primavera, las deja secar y después de lavarlas y cortarlas, las mantiene en el horno a temperatura templada para que se sequen. **En el invierno:** La prímula es perenne y pasa el invierno con su rizoma corto y ancho.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Pastýř
Primula veris
První kvetoucí předzvěst jara - užitečné při nachlazení

Kravinec dosahuje výšky 8 až 30 centimetrů a obvykle se vyskytuje v menších i větších skupinách, kde stvol s květem vyrůstá z listových růžiček s vejčitými listy. Je to jedna z prvních rostlin kvetoucích na jaře. Sezóna jejích žloutkově žlutých, silně vonných květů trvá podle lokality od dubna do června na severu nebo od února do května na jihu. Vzhledem k tomu, že se kleče nevyskytuje v oblasti Středozemního moře, není známá jako prastará léčivá rostlina. Jejich léčivou hodnotu objevila až později a popsala je například Hildegarda von Bingen. Aktivní síly: Slepice jsou ceněny jako léčivé rostliny pro obsah saponinů, protože extraktypůsobí expektoračně při nachlazení s hlenovitým kašlem a rýmou. Čaj: 1-2 čajové lžičky kořene nebo květu prvosenky zalijte 150 ml šálku vroucí vody a louhujte 10 minut, poté sceďte a popíjejte po malých doušcích. Tinktura pavučince: Do sklenice se šroubovacím uzávěrem zalijte kořeny nebo květy lipnice dvouzrnným nebo alkoholem, dokud nebudou pokryty všechny části rostliny, a nechte směs zakrytou 2 až 6 týdnů. Poté sceďte a nalijte do tmavé láhve. Čerstvé, mladé listy pavučiny lze mimochodem přidávat i do salátů z divokých bylin. **Přirozená poloha**: Klínovec je rozšířen ve velké části Evropy a na Blízkém východě na loukách v listnatých lesích a v Německu je přísně chráněn. **Úspěšné pěstování:** Panenky jsou studené zárodky. Semena byste proto měli zpočátku skladovat 4 až 6 týdnů při -4°C a +4°C.Těchto podmínek dosáhnete, pokud je na podzim vysséváte venku. Výsev v interiéru je možný po celý rok – období chlazení je pak uměle generováno v lednici. Semena jen mírně zakryjte bylinkovou nebo hrnkovou zeminou pro pěstování. Kultivační nádobu zakryjte potravinářskou fólií, kterou opatříte otvory. To chrání půdu před vysycháním. Fólii byste měli odstraňovat na 2 hodiny každé dva až tři dny. Tím se zabrání tvorbě plísní na rostoucí půdě. Umístěte květináč na světlé a teplé místo s teplotou 15 až 20 °C a udržujte zeminu v květináči vlhkou, ale ne mokrou. Může trvat několik týdnů, než sazenice vyklíčí. **Nejlepší umístění:** Kravík preferuje slunné až polostinné polohy a vápenitou kyprou půdu. **Optimální péče:** V dlouhých suchých obdobích byste měli pravidelně zalévat. Květiny můžete opatrně trhat, když odkvetou, a rychle sušit ve stínu. Kořeny na podzim nebo na jaře vykopejte a po vyčištění je osušte ve vlažné troubě. **V zimě:** Svízel přezimuje s vytrvalým, hustým, krátkým oddenkem.



Çuha çiçeği
Primula veris
İlkbaharın ilk çiçek açan habercisi - soğuk algınlığına iyi gelir

Çuha çiçeği 8 ila 30 santimetre yüksekliğe ulaşır ve genellikle çiçekli sapın oval yapraklı yaprak rozetlerinden büyüdüğü daha küçük ve daha büyük gruplar halinde bulunur. İlkbaharda ilk çiçek açan bitkilerden biridir. Sarısı, kuvvetli kokulu çiçeklerinin mevsimi, bulunduğu yere göre kuzeyde Nisan'dan Haziran'a, güneyde Şubat'tan Mayıs'a kadar uzanır. Çuha çiçeği Akdeniz bölgesinde görülmediği için eski bir şifalı bitki olarak bilinmemektedir. İyileştirici değerleri ancak daha sonra keşfedildi ve örneğin Hildegard von Bingen tarafından tanımlandı. Aktif güçler: Çuha çiçeği özleri nedeniyle saponin içeriği nedeniyle şifalı bitkiler olarak değerlenir.mukuslu öksürük ve burun akıntısı ile seyreden soğuk algınlığında balgam söktürücü etkisi vardır. Çay: 1-2 çay kaşığı çuha çiçeği kökü veya çiçeğini 150 ml'lik bir bardak kaynar suya dökün ve 10 dakika demledikten sonra süzün ve küçük yudumlarla için. Çuha çiçeği tentürü: Vidalı bir kavanozda, bitkinin tüm kısımları kaplanana kadar çuha çiçeği köklerinin veya çiçeklerinin üzerine çift tahıl veya alkol dökün ve karışımı 2 ila 6 hafta boyunca kapalı bırakın. Sonra süzün ve karanlık bir şişeye dökün. Bu arada, yabani bitki salatalarına taze, genç çuha çiçeği yaprakları da eklenebilir. **Doğal konum**: Çuha çiçeği, Avrupa'nın büyük bir bölümünde ve Yakın Doğu'da yaprak döken ormanlardaki çayırlarda yaygındır ve Almanya'da sıkı bir şekilde korunmaktadır. **Başarılı yetiştirme:** Çuha çiçeği soğuk mikroplardır. Bu nedenle tohumları başlangıçta -4°C ve +4°C'de 4 ila 6 hafta süreyle saklamalısınız.Sonbaharda açık havaya ekerseniz bu koşulları elde edersiniz. İç mekanda ekim tüm yıl boyunca mümkündür - soğutma süresi daha sonra buzdolabında yapay olarak oluşturulur. Yetiştirme için tohumları bitki veya saksı toprağı ile hafifçe örtün. Kültür kabının üzerini delikler açtığınız streç film ile kapatın. Bu, toprağın kurumasını önler. Folyoyu her iki ila üç günde bir 2 saat çıkarmalısınız. Bu, büyüyen toprakta küf oluşumunu önler. Tohum saksısını 15 ila 20°C'de hafif ve sıcak bir yere koyun ve saksı toprağını nemli tutun ama ıslak tutmayın. Fidelerin filizlenmesi birkaç hafta alabilir. **En iyi konum:** Çuha çiçeği güneşli ila yarı gölgeli yerleri ve kireçli, gevşek toprağı tercih eder. **Optimum bakım:** Uzun kurak dönemlerde düzenli olarak sulamalısınız. Çiçekleri açtıklarında özenle toplayabilir ve gölgede hızlıca kurutabilirsiniz. Kökleri sonbaharda veya ilkbaharda kazın ve temizledikten sonra ılık bir fırında kurutun. **Kışın:** Çuha çiçeği kışı çok yıllık, kalın, kısa bir köksapla geçirir.



Tehéncsúcs
Primula veris
A tavasz első virágzó hírnöke – hasznos megfázás esetén

A 8-30 centiméteres magasságot elérő csípő általában kisebb-nagyobb csoportokban fordul elő, ahol a virággal ellátott szár tojásdad levelű levélrozettából nő ki. Az egyik első tavasszal virágzó növény. Sárgássárga, erős illatú virágainak szezonja északon áprilistól júniusig, délen pedig februártól májusig tart, helytől függően. Mivel a csípő nem fordul elő a Földközi-tenger térségében, nem ismert ősi gyógynövényként. Gyógyító értéküket csak később fedezték fel, és például Hildegard von Bingen is leírta. **Természetes elhelyezkedés**: A tehénpajzs Európa és a Közel-Kelet nagy részén elterjedt lombhullató erdők rétjein, Németországban pedig szigorúan védett. **Sikeres termesztés:** A tehénpajzsok hideg baktériumok. Ezért a magokat kezdetben 4-6 hétig kell tárolni -4°C és +4°C hőmérsékleten. Ezeket a feltételeket akkor érheti el, ha ősszel a szabadba veti őket. A beltéri vetés egész évben lehetséges - a hűtési időszakot ezután mesterségesen generálják a hűtőszekrényben. A magokat csak kissé takarja be gyógynövény- vagy virágfölddel a termesztéshez. Fedje le a tenyészedényt ragasztófóliával, amelyet lyukakkal lát el. Ez megvédi a talajt a kiszáradástól. A fóliát két-három naponta 2 órára le kell venni. Ez megakadályozza a penészképződést a növekvő talajon. Helyezze a magcserepet világos és meleg helyre, ahol a hőmérséklet 15-20 °C, és a virágföldet tartsa nedvesen, de ne nedvesen. Eltarthat néhány hétig, amíg a palánták kihajtanak. **A legjobb hely:** A tehénpajzs a napos vagy félárnyékos helyeket és a meszes, laza talajt kedveli. **Optimális gondozás:** Hosszú száraz időszakokban rendszeresen öntözni kell. Óvatosan leszedheti a virágokat, amikor virágzik, és gyorsan száríthatja őket az árnyékban. Ősszel vagy tavasszal ássuk ki a gyökereket, és tisztítás után szárítsuk meg langyos sütőben. **Télen:** Cowslip egy évelő, vastag, rövid rizómával telel át.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved

プリムラ

Primula veris

春の訪れ　-　風邪に効く

8㎝～30㎝の高さに成長し、大小に関わらずグループで咲き、ロゼット状の楕円形の葉から花と茎を発達させます。春の早い時期に卵黄色で強い香りの花を咲かせます。地域によって開花時期が異なり、北部では4～6月、南部では2～5月に開花します。地中海地域では生息しないので、薬草としては古くからは知られていませんでした。後に発見され薬草としての効果はビンゲンの聖ヒルデガルトによって記録されました。活性物質：サポニン含有量が高く粘液溶解効果があるので、痰を伴う咳やくしゃみなどに効果があります。ハーブティー：小さじ山盛り1～2杯の根または花を150㎖の沸騰したお湯に入れ、約10分煮詰めてから濾して少しずつ飲んでください。プリムラ・チンキ：根や花をスクリューキャップのボトルに入れ、植物のすべての部分が覆われるまで穀類蒸留酒または水性工タノールを注ぎ、2〜6週間おいてください。その後、遮光瓶にフィルターで濾して入れてください。新鮮な若い葉はサラダに加えて楽しむこともできます。

自然な場所:
ヨーロッパや中東の大部分が生息地で、主に落葉樹林の牧草地などで生育しています。ドイツでは厳しくこの植物を保護しています。

栽培成功:
低温で発芽するので種は最初に約4〜6週間、-4℃〜+4℃の温度環境で保たれるべきです。秋に屋外に播種すると、これらの条件を達成できます。種子繁殖は室内で年間を通して可能です。最初の冷却期間は種を冷蔵庫で保管してください。栽培用土またはバーブ用土壌をほんの少量種の上にか被せてください。屋内で栽培する場合はサランラップなどの透明フィルムで鉢をカバーします。透明フィルムには空気穴をいくつかあけ、2～3日に1回は約2時間、完全にフィルムを鉢から外します。そうすることで、カビの発生を防ぎます。15℃〜20℃の明るく暖かい場所に置き、用土は湿った状態に保ちます。通常は約数週間で発芽します。

最高のロケーション: 日当たりの良い場所または半日陰の緩い土壌を好みます。

最適なケア:
長期の乾燥期間には定期的に水を与えてください。開花中に花頭を摘んですぐに日陰で乾燥させてください。秋または春には、根を掘り出しカットしてきれいにしてから低温のオーブンで乾燥させることができます。

冬に: 短く厚く丈夫な地下茎は地中で冬越しします。

SKU: 15217 / Schlüsselblume

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved