

KRÄUTERLEXIKON



Currykraut (*Helichrysum italicum*)

Typisch für das Currykraut sind die silbrig-weißen filigranen Blätter, die reichlich ätherisches Öl enthalten. Diese Pflanze hat mit den indischen Curryblättern (*Murraya koenigii*) allerdings nichts zu tun.

Lebensform

Das Currykraut ist ein mehrjähriges Gewächs.

Standort

Das Currykraut mag sonnige Plätze mit trockenen Böden. Die typisch silbergraue Blattfärbung bildet sich nur an solchen Standorten und auch die Frostresistenz ist dort am höchsten.

Blütezeit

8-9 Wochen lang schmücken kleine, gelbe Blütenköpfchen die Pflanze.

Anwendungen in der Küche

Die Blätter mit dem milden Curryaroma würzen Suppen und Soßen, Gemüse-, Reis- und Fleischgericht. Man kann ganze Zweige kurz mitkochen und sie dann wieder herausnehmen. Currykraut findet man auch in zahlreichen Gewürzmischungen.

Heilwirkung

Ein Tee aus Currykraut lindert Bauchschmerzen und hilft bei Atemwegserkrankungen. Einreiben von Öl lindert Schmerzen bei Verstauchungen, gleichzeitig glättet es die Haut.

Im Haushalt und Garten

Die Blütenstände des Currykrautes eignen sich für Trockensträuße und -gestecke.

Aussaathinweise

Das Currykraut ist nur als stecklingsvermehrte Pflanze erhältlich.