

---

Subject: Anleitung: Brennesselwasser selber herstellen  
Posted by [Kerl1979](#) on Thu, 11 May 2006 08:28:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hier eine kleine Anleitung zur Herstellung von Brennesselsuppe

Man gebe wieder eine große Handvoll kleingeschnittener Brennessel in ein Glasgefäß (es soll Glas sein!), dann ca. 300 ml klaren Schnaps draufgießen - Obstler oder Korn (billiger Fusel geht auch \*G\*), was gerade zur Hand ist - und mit einem Deckel verschließen. Stellen Sie die Tinktur 6-8 Wochen in die Sonne, ab und zu schütteln. Dann abseihen in einen Zerstäuber geben und nach der Kopfwäsche auf das Haar sprühen, gut einmassieren und fertig...

PS: DER GUTE KORN \*HEUL\*

---

---

Subject: Re: Anleitung: Brennesselwasser selber herstellen  
Posted by [tvtotalfan](#) on Thu, 11 May 2006 09:07:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

und wenn man das so machen würde:

Brennessel inkl. Wurzeln gut waschen, dann ganz klein schneiden, in einen großen Topf geben, bei niedrigster Stufe ein paar Stunden lang auf dem Herd lassen, dann noch 1 Tag ziehen lassen.... und nach 30 Stunden hast Dein Haarwasser.

müsste doch in etwa aufs selbe rauskommen oder nicht ?

Würden dabei nämlich wichtige Dinge durch das Erhitzen absterben, so wäre Tee ja auch Verarschung... !?

---

---

Subject: Re: Anleitung: Brennesselwasser selber herstellen  
Posted by [Figaro03](#) on Thu, 11 May 2006 09:19:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Beim Tee zumindestens wird nur ganz kurz erhitzt.  
Ich habe so ein Buch über Kräuterkunde gelesen. Gemäß der Anleitung werden die Blätter nur extrem kurz erhitzt. Also grade ein "Blub...Blub" um es so zu formulieren.

---

---

Subject: Re: Anleitung: Brennesselwasser selber herstellen  
Posted by [tvtotalfan](#) on Thu, 11 May 2006 09:26:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

macht es denn in diesem Fall groß etwas aus wenn man die Blätter mehrere Stunden bei 60 Grad oder nur mal kurz auf 100 Grad erhitzt ?

---

---

Subject: Re: Anleitung: Brennesselwasser selber herstellen

Posted by [Figaro03](#) on Thu, 11 May 2006 10:06:05 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

habe das Buch gerade nicht zur Hand. Kann mal zwar nachschauen. Allerdings kann ich mich nicht erinnern, überhaupt was in der Richtung gelesen zu haben.

Die Anleitung war eben nur so wie beschrieben, und es hieß, man solle man eben nur ganz kurz aufkochen um die Stoffe optimal herauszulösen.

---

---

Subject: Inhaltsstoffe der Brennesselsäure

Posted by [Kerl1979](#) on Thu, 11 May 2006 12:12:05 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hier einmal die kompletten Inhaltsstoffe der Brennessel:

Die Brennessel enthält als wirksame Bestandteile viel Vitamin C und Provitamin A, Caffeoyl-Chinasäuren, beispielsweise Caffeoyl-Äpfelsäure, Mineralsalze, besonders Kalzium- und Kaliumsalze, Gerbstoffe wie Kiesel- und Ameisensäure, Magnesium, Eisen, Chlorophyll, Schleim, Acetylcholin, Wachs und ätherische Öle sowie biogene Amine wie Histamin und Serotonin als Bestandteil des Nesselgiftes. Sie wirkt blutreinigend, blutbildend und harntreibend.

Hier die Inhaltsstoffe der Brennesselsäure (Mehtansäure)

Serotonin:

Der Name leitet sich von seiner Wirkung auf den Blutdruck ab: Serotonin ist die Komponente des Serums, die den Tonus (Druck) in den Blutgefäßen reguliert.

Histamin:

Histamin erweitert die Blutkapillaren und kann Reaktionen hervorrufen, die allergischen Reaktionen ähneln (diese werden u.A. durch Freisetzung körpereigenen Histamins verursacht).

Zusätzlich gibt es noch die Stoffe Acetylcholin und Natriumformiat.

---