

Cystus® Bio Teekraut, Zistrosentee*

DE-ÖKO-007
EU-Landwirtschaft 

(Lebensmitteltee)



In Ihrer Apotheke:

250 g – PZN: 15 15 485 - empf. VK inkl. MwSt.: €19,74

50 g – PZN: 29 36 289 - empf. VK inkl. MwSt. : €6,98

(PZN=Pharmazentralnummer: hilfreich beim Kauf in der Apotheke)

- *gluten- und lactosefrei

- Genußtee mit balsamischem Geschmack

Zutaten:

100% Cistus incanus

Zubereitung:

Genußtee: 2-3 Esslöffel Cystus® Bio Teekraut mit 1 Liter kochendem Wasser aufgießen und – je nach Geschmack – 2 bis 5 Minuten ziehen lassen.

Unser Tipp:

mit Zitrone und Honig verfeinern

Kalt gemischt mit Fruchtsäften oder als Eistee zubereitet ist der Cystus ® Bio Tee ein ideales Erfrischungsgetränk.

Variation: Für einen besonders intensiven herb-aromatischen Geschmack gibt man das Teekraut mit kaltem Wasser in einen Kochtopf, bringt den Tee zum Sieden und lässt ihn ca. 5 Minuten mit aufgelegtem Deckel weiter köcheln.

Zistrosentee – Unser beliebter Tausendsassa!

Für unser hochwertiges Cystus® Bio Teekraut verwenden wir ausschließlich griechische Pflanzen, die traditionell als Haustee getrunken wurden. Das frisch geerntete Kraut aus zertifiziert-biologischer Wildsammlung wird durch Meeresbrisen schonend im Schatten getrocknet, anschließend geschnitten und gelangt so als loses Teekraut in den Handel.

Unser Cystus®Bio Teekraut zeichnet sich durch spezielle Polyphenole aus, deren Vielfalt und Menge den Gehalt im Rotwein, in Zwiebeln und Heidelbeeren bei weitem übertreffen.

Achtung:

Cystus® kann auf Kleidung, Holz und unbehandeltem Stein braune Flecken hinterlassen!

„Hoher Anteil von verholzten Trieben und Zweigen in Cystus® Bio Teekraut?“

Frage:

Immer wieder erreichen uns Verbraucher-Anfragen zu dem angeblich „hohen Gehalt von verholzten Zistrosen-Anteilen“ in unserem Cystus® Bio Teekraut. Zudem werben verschiedene Anbieter damit, in ihren Cistus-Produkten nur „reichhaltige Blätter im Feinschnitt, keine Hölzer oder Verschnitt“ zu verwenden.

Antwort:

Cistus incanus gehört zu einem Organisationstyp von weichblättrigen, krautigen Pflanzen, die sich an extrem trockene Standorte sehr gut angepasst haben und ausgesprochen resistent gegen Dürre sind („malakophylle Xerophyten“ [1]). Neben der Medizinalpflanze Cistus gehören zum Beispiel auch der Rosmarin, Lavendel-Arten oder Thymian in diese Gruppe. Diese Pflanzen konzentrieren ihre heilsamen Wirkstoffe nur teilweise in Blüten oder Blättern. Nicht zuletzt, weil sie die Blätter

im Hochsommer bei extremer Hitze abwerfen können, um sich vor dem Wasserverlust zu schützen. Ein großer Teil der Wirkstoffe der Zistrose sind vielmehr in den holzigen Anteilen der Pflanze enthalten, zum Beispiel in verholzten Trieben oder kleinen Zweigen. Dies gilt auch und vor allem für die wirksamkeitsbestimmenden Polyphenole (sekundäre Pflanzenstoffe) der Zistrose, die nach Aufguss mit Wasser unter anderem gerbstoffartige Wirkungen entfalten.

Für unser Cystus® Bio Teekraut werden ausschließlich griechische Pflanzen der graubehaarten Zistrose (*Cistus incanus*) verwendet, die traditionell als Haustee getrunken wurden. Die Pflanzen werden auf die althergebrachte Weise geerntet, indem von jeder Pflanze nur einige wenige junge Triebe im Stück gepflückt werden (also Blätter und Trieb). Natürlich enthält das Teekraut dann auch einen gewissen Anteil der frisch verholzten, jungen Triebe. Wir tun dies, damit der Gesamtgehalt des Teekrauts an Polyphenolen möglichst hoch ist. Bei analytischen Vergleichen zeigt sich, dass unser traditionell geerntetes Teekraut einen ungefähr 30-mal höheren Polyphenolgehalt hat als Mischungen, die nur aus Cistus-Blüten und/oder -Blättern bestehen.

Die alleinige Verwendung von Blättern und Blüten ist billig, da diese aufs einfachste und schnell zu ernten sind und nur wenig Aufwand bei der Trocknung machen. Die traditionelle Ernte hingegen ist deutlich aufwendiger, auch die Trocknung dauert naturgemäß länger.

Bei dem mittlerweile großen Angebot von Zistrosen-„Blätterware“ und daraus hergestellten Produkten haben einige Importeure und Hersteller in letzter Zeit merkwürdige Beobachtungen gemacht: Die Ware kommt häufig nicht, wie zumeist behauptet, aus Südeuropa, sondern unter anderem aus der Türkei (was deutlich billiger ist, da es dort rund eine Million Kinderarbeiter gibt [2]). Noch schlimmer: Immer wieder gelangen Chargen getrockneter Zistrosen in den Handel, die überhaupt nicht aus Zistrose bestehen (oder nur zu einem geringen Teil).

Hinweis:

Einer der traditionellen Gerbstofflieferanten der Medizin ist die Eichenrinde, die es bis heute in der Apotheke zu kaufen gibt. Ihre Hauptzubereitung ist der Auszug mit kochendem Wasser (Dekokt). Dies könnte nicht funktionieren, wenn „verholzte Pflanzenteile“ keine Inhaltsstoffe hätten und/oder die Wirkstoffe nicht mit Wasser herauszuziehen wären.

[1] Pott R, Hüppe J: Spezielle Geobotanik – Pflanze – Klima – Boden. Springer-Verlag, Berlin, 2007.

[2] Toksöz G (Ankara University): Decent Work Country Report – Turkey. International Labour Office (ILO); Regional Office for Europe and Central Asia. Genf, 2008.