

KURKUMA DER STOFFWECHELAKTIVATOR

PFLANZE DES MONATS NOVEMBER 2011

Kurkuma oder Gelbwurz stammt aus Südasien und ist eine Pflanzenart aus der Familie der Ingwergewächse (Zingiberaceae). Sie wird in den Tropen vielfach kultiviert. Das Rhizom ähnelt stark dem des Ingwers, hat jedoch intensiv gelbes Fleisch, das frisch und getrocknet als Gewürz und Farbstoff verwendet wird. Es enthält bis zu fünf Prozent typische ätherische Öle, bis zu drei Prozent des für die gelbe Färbung verantwortlichen Curcumins und wirkt anregend auf die Verdauung. Die Geschichte der Gelbwurzel lässt sich fast 4000 Jahre zurückverfolgen.



In Indien galt er als heilig. Noch heute wird den Neugeborenen mit Kurkuma ein gelber Punkt auf die Stirn gemalt, um Glück zu bringen. Aus dem 7. Jahrhundert stammen chinesische Aufzeichnungen über die Heilwirkung. Man schreibt ihm magische Eigenschaften zu und trägt ihn heute noch auf vielen pazifischen Inseln mit sich, zum Schutze vor den bösen Geistern. Im Orient dient er vielfach zum Färben der Mönchsgewänder. Es war wahrscheinlich Marco Polo, der ihn «entdeckte» und nach Europa mitbrachte, auf dass er sich als billiger Safranersatz etablierte. Wobei Kurkuma geschmacklich bei weitem nicht an Safran heran reicht, jedoch übertrifft er diesen sowohl als Färbemittel und vor allem in der heilenden Wirkung. Die Wirkungsweise dieser interessanten Heil- und Würzpflanze entfaltet sich in der Regel durch eine Wärmeentwicklung in unseren Körper.

Diese Wirkung erkannten schon unsere Vorfahren. Belege dafür lassen sich in über 1000 jährigen Schriften finden. Die Wurzel wurde damals meist bei Magen- Leber- und Gallenproblemen angewendet. Daran hat sich bis heute wenig geändert. Die Inhaltsstoffe erwärmen den Verdauungstrakt und stimulieren somit den Stoffwechsel. Verdauung gut – alles gut. Diese Eigenschaft entfaltet Kurkuma auch in den neuen Nutrexin Vital-Kapseln wo sie, zusammen mit der indischen Stachelbeere und Grüntee für die Stoffwechselaktivierung verantwortlich ist. Für die Ausscheidung der Schlacken sind die ausleitenden Chlorella und der Bärlauch wirksam und für die schützende und aufbauende Wirkung zeichnen Selenhefe, Datteln und weitere Pflanzenwirkstoffe in diesen neuen Pflanzenkapseln, welche das Immunsystem stärken und im Körper mehr Energie freisetzen.