



BRENN.NESSEL

## Die Grosse Brennnessel Urtica Dioica

### **Von wegen Unkraut**

Die Brennnessel wurde bereits im Mittelalter zu Nahrung, Bier und Kleidung verarbeitet. Sie ist eines unserer wertvollsten Wildgemüse. Ihre Inhaltsstoffe sind so beachtlich, dass sie auch als Heilpflanze verwendet wird. Die Brennnessel wirkt ganzheitlich auf den Körper. Sie fördert die Beweglichkeit der Gelenke, trägt zur Entgiftung und Stärkung des Immunsystems bei und wirkt lindernd bei Allergien, Hautproblemen, Stress und Depression. Auch kann sie als Schönheitstonikum für Haut und Haare verwendet werden.

Wir haben hinter unserem Haus ein schmackhaftes Nahrungsmittel mit überdurchschnittlich hohem Vitamin-, Mineral- und Proteingehalt. Das Gute kann ganz nah sein!

Das Ziel des Vereins Brennpunkt Brennnessel ist, diese Nutzpflanze als gesunde und lokale Delikatesse zu etablieren und die Artenvielfalt zu fördern.

Aktuelle Anlässe, viele Informationen zur Brennnessel und Rezepte finden Sie auf [www.brennpunktbrennnessel.ch](http://www.brennpunktbrennnessel.ch)