



HERBÁŘ ROSTLIN 04. 06. 2012

Libeček lékařský /Levisticum officinale/

Libeček lékařský je 1 - 2 m vysoká, celerově aromatická rostlina s tlustým rozvětveným oddenkem a dlouhými kořeny. Lodyhy jsou přímé, tlusté, duté a...

Libeček lékařský - popis

Libeček lékařský je 1 - 2 m vysoká, celerově aromatická rostlina s tlustým rozvětveným oddenkem a dlouhými kořeny. Lodyhy jsou přímé, tlusté, duté a oblé, se střídavými, k vrcholu vstřícnými až přeslenitými větvemi po třech. Listy jsou střídavé, dolní s řapíkem, horní přisedlé s blanitě lemovanými pochvami. Květy jsou obojaké, papršité, kromě pestíku pětičetné, s volnými obaly. Kalich je nezřetelný. Plodem je žlutohnědá, elipsoidní hladká dvounažka.

Libeček lékařský - léčivé činky

Libeček lékařský obsahuje zejména v kořenech a v oddencích prchavý olej (silici) 0,6 -1,6 % s tzv. ftalidy (butylftalid), které jsou nositeli spasmolytického efektu rostliny, tj. tlumí bolestivé stahy, koliky hladkého svalstva, střev, močového měchýře a močových cest.

Libeček lékařský se doporučuje v lidovém léčitelství při zánětu močových cest a močového měchýře, ale dále i ke zlepšení trávení, pro podporu chuti k jídlu, při snížení hladiny kyseliny močové v krvi, podpoře činnosti žlučníku, mírnění nadýmání, mírnění únavy, vzpružení nervové činnosti. Je uváděno

rovněž jeho užití k odstraňování otoků, při zažívacích obtížích a také na rány, které se špatně hojí.

Použitelné části libečku lékařského: oddenek s kořeny, nať i semena

Období květu: červenec až srpen

Libeček lékařský - použití v kuchyni a pěstování

Jako koření je možno používat čerstvé i sušené listy, kořen i plody. Svou vůní i chutí **libeček lékařský** připomíná polévkové koření "Maggi", proto se jeho listy používají především ke koření polévek, zejména hovězích. Právě tak dobře se ale hodí i do omáček, zeleniny, salátů a pečení. Z oddenků i kořenů se vyrábí polévkové koření. Všechny části libečku můžeme používat v čerstvém i sušeném stavu, celé, podrcené nebo rozemleté.

Rostlinu můžete zasadit na slunci i v polostínu. Vyhovuje jí výživná, úrodná a dobře propustná půda.

Tip: Nálev ze semen

1 čajová lžička drceného semene se přelije sklenicí vařící vody, luhuje se 10 minut, poté se přecedí a pije se po jídle.