



HERBÁŘ ROSTLIN 04. 04. 2012

Popenec břechťanovitý /Glechoma hederacea/

Popenec břechťanovitý má plazivé lodyhy s drobnými namodralými až nafialovělými trubkovitými květy. Listy má vstřícné. Rostlina dorůstá až 20 cm, je...

Popenec břechťanovitý - popis

Popenec břechťanovitý má plazivé lodyhy s drobnými namodralými až nafialovělými trubkovitými květy. Listy má vstřícné. Rostlina dorůstá až 20 cm, je schopna vytvářet i převisy. Květy jsou zbarveny do zelena, někdy v kombinaci s bílou barvou. Měří 1,5 - 3 cm, jsou řapíkaté a mají srdčité tvar.

Popenec břechťanovitý - léčivé účinky

Popenec břechťanovitý rozpouští hleny, působí protizánětlivě, hojivě, dezinfekčně a močopudně. Dále tlumí průjmy, zlepšuje trávení, podporuje látkovou výměnu, detoxikuje játra, tlumí záněty a svědění kůže. Zevně ve formě obkladů a koupelí se užívá na špatně hojící se rány nebo ekzémy.

Pro vnitřní použití se připravuje odvar z jedné čajové lžičky na sklenku vody, zřídka se užívá i čerstvá vymačkaná šťáva (30 - 50 g denně) při chorobách cest dýchacích, kašli, zahlenění nebo při zánětu dolních cest močových, jako kloktadlo se doporučuje při zánětu dutiny ústní.

Použitelné části popence břechtanovitého: nať

Období květu: březen až červenec

Popenec břechtanovitý - použití a pěstování

Jedná se o půdokryvnou rostlinu vytvářející rozsáhlé propletené koberce. Růst začíná brzy na jaře, když se ostatní bylinky sotva probouzejí. Vyhovují jí humózní, úrodné a provlhčené půdy. Roste na slunci i v polostínu. Díky své mrazuvzdornosti můžeme tuto trvalku pěstovat více let. Kromě výskytu například na travnatých plochách zahrad se dá pěstovat i v závěsných květináčích nebo truhlících za oknem či na balkoně. Najít ji můžeme i v lesích a na loukách. Vyskytuje se v celé České republice a takřka v celé Evropě. Dále pak v severní Asii a na východ až do Japonska.

Popenec břechtanovitý je rostlina, která se velmi často vyskytuje na našich zahradách, kde ji nevíáme jako příjemného hosta. Ve středověku byl považován za rostlinu s magickou silou. Léčivé schopnosti využívali staří Slované, kteří přidávali popenec do salátů, polévek a omáček jako koření. Dnes ji lidé přidávají i do sekané, omelet nebo různých pomazánek pro zvýraznění chuti. Nejlepší je sbírat ji hned zjara, kdy má nejvýraznější chuť. Sklízet se dá ale samozřejmě až do zimy. Výborně poslouží jako bylinka v čerstvém stavu, ale lze ji i usušit.

Tip: Kloktadlo

25 g popence se vloží do 0,5 l studené vody, nechá se přejít varem a 20 minut se luhuje.