



Liebe Kunden

vielen Dank für Ihr Interesse an unserem Schwedenbitter,

In weiteren Informationen können Sie die Kräuter des alkoholfreien Schwedenbitters einmal etwas ausführlicher und einmal als reine Aufzählung beschrieben einsehen. Im Schwedenbitter ohne Alkohol ist kein Kampfer enthalten. Im Bitter mit Alkohol ist er enthalten.

Der alkoholfreie Schwedenbitter ist nicht „der kleine“ oder "große" Schwedenbitter, er ist aus den Rezepturen von Maria Treben entstanden und hat noch ein paar Kräuter mehr im Rezept um eine bestmögliche Wirkung zu erzielen. Entwickelt wurde er von Herrn Diwald, der noch mit Frau Treben und dem Magister Rizzy zusammengearbeitet hat. Herr Diwald ist mittlerweile weit über 70 und hat sich dem Erbe der Frau Treben in sehr verantwortungsvoller Weise angenommen. Davon konnte ich mich persönlich bei einem Besuch in Wien überzeugen. Die Qualität der verwendeten Kräuter sucht seinesgleichen.

Durch eigene Erfahrung und zahlreiche Kundenrückmeldungen kann ich sagen, dass die Wirkweise bei innerlicher Anwendung dem alkoholhaltigen Bitter ebenbürtig ist, wenn nicht sogar noch etwas besser. Viele Anwender setzen ihn sogar mit Erfolg auch äußerlich an. Die Rückmeldungen der Kunden können Sie auch in unserem Shop nachlesen.

Wir schreiben einen Blog zum Schwedenbitter ohne Alkohol, Kräutern und Bitterstoffen, wenn Sie einmal "reinlesen" möchten - hier ist der Link:

<http://maria-treben-schwedenbitter.de/blog/>

Herzlichst,

Elke Braeunig

---

Naturprodukte Europa

Elke Braeunig

Lelbach A6

34497 Korbach

Tel.: 0 56 31 – 50 31 88-0

Fax: 0 56 31 – 50 31 88-9

[info@naturprodukte-europa.de](mailto:info@naturprodukte-europa.de)

[www.naturprodukte-europa.de](http://www.naturprodukte-europa.de)

## Inhaltsstoffe Schwedenbitter ohne Alkohol - detailliert:

### **Wermut, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Wermut ist ein sogenanntes Bittermittel, auch Amarum genannt. Verantwortlich für diese Wirkung sind die enthaltenen Bitterstoffe. Bereits im Mund regen sie die Geschmacksknospen an, was reflektorisch zur Freisetzung von Speichel und Magensäure führt. Gelangen die bitteren Substanzen in den Magen-Darm-Trakt, bewirken sie, dass spezielle Verdauungshormone und Gallensäuren ausgeschüttet werden. Dadurch kurbelt Wermutkraut die Verdauung an und der Appetit nimmt zu.

Wermut kann Menschen helfen, die unter [Appetitlosigkeit](#) leiden oder die häufig zu [Blähungen](#) und Völlegefühl neigen. Als Bittermittel kommt Wermut meistens in Kombination mit ähnlich wirkenden Heilpflanzen zum Einsatz – dazu zählen zum Beispiel [gelber Enzian](#), [Tausendgüldenkraut](#) und [Angelikawurzel](#).

### **Eibisch, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Verantwortlich für die medizinische Wirkung von Eibisch sind die Schleimstoffe. Meist werden die Wurzeln in pflanzlichen Mitteln verwendet, da sie diese Substanzen in höherer Konzentration enthalten. Gelangen die Schleimstoffe auf die Schleimhaut in Mund, Rachen, Hals und Magen, haften sie sich an diese. Die Eibisch-Inhaltsstoffe bilden auf diese Weise eine Art Schutzschicht über der Schleimhaut und beruhigen sie. Ist die Schleimhaut im [Rachen](#) gereizt und entzündet – wie es bei einer [Erkältung](#) der Fall ist – dämpft Eibisch trockenen Reizhusten und lindert [Heiserkeit](#). Auch bei leichten Entzündungen der Magenschleimhaut kann Eibischwurzel helfen. (Apothekenumschau)

### **Angelika, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Angelikawurzel-Auszüge bewirken – aufgrund ihres bitteren Geschmacks – dass sich mehr Magensäure bildet. Auch Gallensäuren und Enzyme der [Bauchspeicheldrüse](#) werden vermehrt ausgeschüttet. Dadurch regt die Pflanze den Appetit an und bringt die Verdauung auf Trab. Weiterer Effekt: Engelwurz wirkt krampflösend. Für diese Wirkung sind wahrscheinlich die sogenannten Furanocumarine verantwortlich. Diese sekundären Pflanzenstoffe sollen [Kalzium](#)-Kanäle blockieren, die an der glatten Muskulatur des Magen-Darm-Trakts sitzen, und diese dadurch entspannen.

Angelikawurzel hilft daher als pflanzliches Mittel gegen Beschwerden wie [Appetitlosigkeit](#), Völlegefühl und Blähungen. Dafür wird das Kraut häufig mit anderen Heilpflanzen kombiniert, etwa [Kümmel](#) oder [Pfefferminze](#). Da die Engelwurz zudem Krämpfe lösen kann, eignen sich Zubereitungen aus der Wurzel auch – in Absprache mit dem behandelnden Arzt – beim [Reizdarmsyndrom](#). (Apothekenumschau)

### **Sternanis - was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Es sind das ätherische Öl, die Gerbstoffe und die fetten Öle, die dem Sternanis seine heilenden Kräfte verleihen. Krampf- und schleimlösend. Einsatz erfolgt in Mischungen auch häufig zur Geschmacksverbesserung.

### **Beifuß, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Blähungen, Blasenentzündungen, chron. Eierstockentzündung, Durchblutungsstörungen, Durchfall, Gallenschwäche, Hämorrhiden, kalte Füße u. Hände, Muskelkater, müde Beine, Nervenanspannung, Neuralgien, Periodenschmerzen, Schlafstörungen, Überleichtigkeit, Unruhe, Verdauungsschwäche, Wechseljahrsbeschwerden.

### **Orangenschale, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Das Orangenöl der Schale hat eine anregende Wirkung auf unsere inneren Organe. Anwendung wird auch beschrieben bei Ängsten, Blähungen, Durchfall, Fieber, Herzklopfen, Magenkrämpfen, Nervosität, Nierenproblemen, schlecht durchblutete Haut, Traurigkeit, Verdauungsschwäche, Zahnfleischentzündung, Cellulitis

### **Grüntee, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Die hilfreiche Wirkung von Grüntee ist bei mehr als 60 Krankheiten beschrieben, er besitzt mehr als 100 Inhaltsstoffe. Bei den antioxidanten Fähigkeiten erreicht er die höchsten Werte aller Lebensmittel. Gemäß Studien scheint Grüntee auch vorbeugend gegen Schlaganfälle, koronare Krankheiten und insbesondere Arteriosklerose zu wirken. Ebenfalls ist die positive Wirkung auf die Haut beschrieben.

<http://www.gruenertee.de/wirkung/studien/> (Dr. Jörg Schweikart)

### **Saflor, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Im Altertum diente Saflor als Farbstoff und wird noch heute als Lebensmittelfarbe verwendet. Eine ganz andere Bedeutung hat Saflor in Asien. Aus seinem Herkunftsland in Kleinasien hatte sich die Pflanze nach Indien und China verbreitet, wo sie sich als bewährtes Heilmittel in der Phytotherapie etablierte. Es wird u. a. eine entzündungshemmende und positive Wirkung auf den Cholesterinspiegel im Blut beschrieben.

### **Gewürnelke, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Die Substanz Eugenol hemmt das Wachstum von Bakterien, Pilzen und Viren. Zudem wirkt Eugenol leicht schmerzstillend, örtlich betäubend und antientzündlich. Aufgrund dieser Effekte lindert Nelkenöl Zahnschmerzen und hilft bei Entzündungen im Mund- und Rachenbereich. Gewürznelken können gegen Blähungen und Völlegefühl helfen.

### **Tausendgüldenkraut, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Wer etwas Bitteres isst, der spürt förmlich, wie ihm das Wasser in den Mund schießt. Bitterstoffe kurbeln die Speichelbildung an, indem sie die Geschmacksknospen im Mund reizen. Das führt reflexartig dazu, dass im Magen mehr Säure gebildet wird. Gelangen die Bitterstoffe in den Magen-Darm-Trakt, regen sie dort ebenfalls die Ausschüttung von Verdauungssäften an und rufen außerdem Verdauungshormone auf den Plan. Neuere Experimente deuten an, dass Inhaltsstoffe aus Tausendgüldenkraut auch entzündliche, schmerzlindernde und fiebersenkende Effekte besitzen. (Apothekenumschau)

### **Kamille, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Inhaltsstoffe aus Kamillenblüten entfalten verschiedene Effekte: Sie unterbinden die Wirkung von entzündungsfördernden Stoffen im Körper, sie hemmen das Wachstum von Bakterien, und sie entspannen verkrampfte Muskeln im [Magen-Darm](#)-Trakt.

Aufgrund der entzündlichen, antibakteriellen und krampflösenden Eigenschaften ergeben sich für Zubereitungen aus Kamille diverse Anwendungsgebiete. Als Spülung oder Gurgellösung hilft Kamille, wenn sich das Zahnfleisch entzündet hat oder der Hals gereizt ist, zum Beispiel durch eine [Erkältung](#). Ruft ein Infekt [Schnupfen](#) und [Husten](#) hervor, lässt sich Kamille inhalieren. In Form von Sitzbädern kann die Heilpflanze Beschwerden abmildern, die von [Hämorrhiden](#) oder Infektionen im Anal- und Genitalbereich ausgelöst werden. (Apothekenumschau)

### **Zimtrinde, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Seit der Antike wird die Rinde des Zimtbaumes (Cinnamomum verum oder Cinnamomum aromaticum) in Europa und Asien hoch geschätzt. Zimtrinde wurde ursprünglich kaum als Gewürz, sondern als Heilmittel gegen Magen-Darm-Beschwerden und Appetitlosigkeit eingesetzt. Seit etwa 15 Jahren ist bekannt, dass sich Zimt auch positiv auf erhöhte Blutzuckerwerte von Diabetikern auswirken kann. (aponet.de - off. Gesundheitsportal deutscher Apothekerinnen)

### **Koriander, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Korianderöl gilt als potenter Keimbekämpfer, denn es hemmt das Wachstum von Bakterien und Pilzen. Eine Studie hat gezeigt, dass das ätherische Öl sogar gegen multiresistente Krankenhauskeime wirksam ist – zumindest im Laborversuch. Ob Koriander einmal als eine Art pflanzliches Antibiotikum dienen könnte, müssen Studien jedoch erst beweisen. Wer Korianderfrüchte als Gewürz isst, bekommt eine weitere positive Wirkung zu spüren: Das Öl hat leicht krampflösende Eigenschaften und mindert [Blähungen](#) und Völlegefühl.

## **Cubennepfeffer, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Die Früchte der Kubebe - werden in der Volksheilkunde - besonders in Indien - häufig als Aphrodisiakum verwendet.

Kubennepfeffer soll jedoch auch gegen Kopfschmerzen, Gedächtnisschwäche, Bronchitis und Blasenentzündung Anwendung finden.

### Hildegard von Bingen zur Pflanze Kubebe:

Die Kubebe ist warm, und jene Wärme hat die richtige Mischung in sich, und sie ist auch trocken. Und wenn jemand Kubebe isst, wird jene ungeziemende Begierde, die in ihm ist, gemäßigt. Aber sie macht auch seinen Geist fröhlich und macht seinen Verstand und sein Wissen rein, weil die nützliche und gemäßigte Wärme der Kubebe die ungeziemenden Gluten der Begierde, in denen stinkende und schlammige Flüssigkeiten verborgen sind, auslöscht, und den Geist des Menschen und seinen Verstand macht sie erhellend klar. (heilfasten.de)

## **Attichwurzel was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Radix Ebuli auch Zwergholunder, Eppich, Stinkholunder genannt, wächst an Hecken und Gräben. Seine Heilkraft liegt in seinen Wurzeln und hat den Ruf ein entwässerndes Heilkraut aus traditionellen Überlieferungen zu sein. ([www.naturheilkraut.com](http://www.naturheilkraut.com))

## **Artischocke, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Bitterstoffe wie das Cynaropikrin bewirken, dass sich mehr Magensäure bildet. Sie regen damit den Appetit an. Flavonoide und Caffeoylchinasäure-Abkömmlinge steigern die Produktion von Gallensäuren in der [Leber](#) und regen die [Gallenblase](#) dazu an, mehr Gallensäuren in den [Darm](#) abzugeben. Dort erleichtern sie die Verdauung von Fetten. Außerdem legen wissenschaftliche Untersuchungen nahe, dass die Artischocke die Lebertätigkeit unterstützt und sich günstig auf den Cholesterinspiegel auswirkt.

Extrakte aus Artischockenblättern helfen aufgrund dieser Wirkungen bei mangelndem Appetit, lindern Blähungen und vermindern Völlegefühl – dies insbesondere nach einer fettigen Mahlzeit. Ob die Heilpflanze womöglich vor den Folgen eines zu hohen Cholesterinspiegels schützen kann, etwa einer [Arteriosklerose](#), muss in groß angelegten Studien erst untersucht werden. (Apothekenumschau)

Übermäßig fettes Essen oder ein gestörter Gallenfluss verursachen nicht selten heftige Beschwerden im Magen-Darm-Bereich, die sich in Bauchschmerzen, Blähungen oder Übelkeit äußern. Hier haben Artischockenextrakte ihre Relevanz, denn sie regen den Gallenfluss an. Mehr Gallenflüssigkeit sorgt dafür, dass auch größere Fettmengen einfacher verdaut werden.

Die Wirkung der Artischocke auf den Gallenfluss zieht noch einen weiteren gesundheitlich wertvollen Effekt nach sich: Mit der Gallenflüssigkeit wird Cholesterin ausgeschieden, wodurch erhöhte Blutfettspiegel sinken. Studien zeigten, dass das vor allem das "schlechte" LDL-Cholesterin betrifft. In anderen Untersuchungen bewiesen Forscherteams, dass der Cholesterinaufbau in der Leber direkt gehemmt wird. (aponet.de - off. Gesundheitsportal deutscher Apothekerinnen)

### **Pfefferfrüchte schwarz, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Schwarzen Pfefferfrüchten wird eine speichelanregende, magensaftanregende, verdauungsfördernde Wirkung nachgesagt. Sie fanden Einsatz bei Hämorrhoiden, Magenbeschwerden, Fieber, Halsentzündung und Kopfgrind (Heilkräuterlexikon)

### **Iriswurzel, was sie bewirken die Inhaltsstoffe?**

Die Zahnhilfe bei Kleinkindern ist die Veilchenwurzel, aber dahinter verbirgt sich nicht, wie der Name sagt, eine Veilchenwurzel, sondern die Iriswurzel. Aber sie ist auch Bestandteil in Erkältungstees, Zahnpulvern und in kosmetischen Pudern. Als homöopathisches Mittel wird sie bei Migräne und Ischias verordnet. Sehr beliebt auch als Räucherwerk (Gabriela Stark, [www.satureja.de](http://www.satureja.de))

### **Walnussblätter, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Die Inhaltsstoffe (Gerbstoffe) der Walnussblätter sind dazu in der Lage verletzte Blutgefäße und Gewebe abzudichten. Sie verbinden sich mit kleinen Eiweißen auf der Haut (Glucoproteine) und bilden durch die Veränderung dieser Proteine einen wirksamen Schutzfilm. Durch diese Verbindung (Schutzfilm) können Krankheitserreger, die von außen kommen, wie Bakterien und Pilze, kaum noch durchdringen. Ihnen wird der Nährboden entzogen. In Folge können sie sich nicht mehr (ausreichend) vermehren und sterben ab. Juckende, entzündete Wunden (auch Ekzeme) können so schneller verheilen und die Haut kann sich regenerieren.

Walnussblätter-Extrakte können die Schweißproduktion durch ihre Gerbstoffe eindämmen. Jede Schweißdrüse besitzt einen Ausführungsgang an der Oberfläche der Haut (Epidermis). Das Wirkprinzip ist wie bei allen Gerbstoffen, dass sich die Haut durch chemische Reaktionen zusammenzieht. Das Besondere an den Gerbstoffen (Ellagatannine) der Walnussblätter-Extrakten ist jedoch, dass sie gewebeverdichtend und hemmend auf die Schweißabgabe wirken. Dadurch wird speziell die Schweißproduktion an Händen und Füßen eingedämmt, ist jedoch auch bei starkem Schwitzen der Achselhöhlen und anderen Körperstellen möglich. (DocJones.de wird betrieben durch, die:sms - social media services GmbH)

## **Süßholz, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Ursprünglich stammt das Süßholz aus Südeuropa und dem Orient. Schon in der Antike und im Mittelalter war die Wirkung des Süßholzes bekannt. Die alten Griechen und die alten Ägypter nahmen das Süßholz zum Beispiel gegen [Asthma](#), [Husten](#), bei [Heiserkeit](#) oder bei Beschwerden in der Brust. In der TCM, der traditionellen chinesischen Medizin, ist das Süßholz eines der 50 Basiskräuter. Die Süßkraft des Süßholzes ist übrigens ca. 50-mal höher als die des Rohrzuckers, also sehr süß. Neben dem enthaltenen Glycyrrhizin gibt es im Süßholz noch andere sehr wirksame Stoffe, z. B. die Saponine. Saponine gelten als entzündungshemmend und schleimtreibend bzw. schleimlösend. In der Naturheilkunde verwendet man das Süßholz zur Heilung von Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren, als Abführmittel, beim Husten, es kann zudem den Blutdruck positiv beeinflussen. Weiter wird eine schmerzlindernde, blutreinigende, harntreibende und schleimlösende Wirkung beschrieben. Auch bei Gicht, Sodbrennen und Rheuma ist Süßholz in der Anwendung beschrieben. (<http://www.kraeuter-verzeichnis.de/kraeuter/suessholz.shtml>)

## **Süßholzsaft, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Originaltext Hildegard v. Bingen: ...das Süßholz ist von gemässiger Wärme und bereitet dem Menschen eine klare Stimme, auf welche Weise es auch immer gegessen wird, ...und erweicht seinen Magen zur Verdauung Außer der Verdauungsförderung schreibt Hildegard dem Süßholzwurzelpulver auch eine antidepressive Wirkung zu.

## **Melisse, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Arzneilich wirksam ist das ätherische Öl, welches im Körper gleich mehrere Effekte entfaltet. Erstens wirkt es – besonders auf nervöse und ängstliche Menschen – leicht beruhigend und [angstlösend](#). Dadurch kann Melisse auch beim Einschlafen helfen. Zweitens kann es die Muskulatur im Darm entspannen und damit [Blähungen](#) und Völlegefühl lindern. Drittens haben Experimente im Labor gezeigt, dass Zitronenmelisse Herpes-simplex-Viren bekämpft. Cremes, die hochdosierte Zubereitungen aus dem Heilkraut enthalten, können bei den ersten Anzeichen eines [Lippenherpes](#) helfen. (Apothekenumschau)

## **Bitterklee, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Bitterklee wird als blutreinigend, appetitanregend, menstruationsregulierend, tonisierend und fiebersenkend beschrieben. Bitterklee nutzte man volkstümlich bei Appetitlosigkeit, Leberleiden, Gelbsucht, Verdauungsschwäche, Verstopfung, Blähung, Hämorrhoiden, Steinen, Gicht, Rheuma, Erkrankung der Milz, Katarrh, Husten, Schwächezuständen, Schwindsucht, Anämie, Migräne, Skorbut, Amenorrhö, Wechselfieber, Hauterkrankungen wie Flechten, Geschwüren oder Geschwülsten, Menstruationsstörungen und zur Blutreinigung. Darüber hinaus verwendete man Bitterklee zur Behandlung von Anorexie, Sodbrennen, Gastritis, Übersäuerung, Dyspepsie, Magen- und Darmkrämpfen, Gallenstauung, Fieber, Seekrankheit und Erkältungen die mit Kopfschmerzen einhergehen. (<http://www.heilpflanzenkatalog.net>)

## **Muskatnuss, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

In erster Linie wird die Muskatnuss als Küchengewürz verwendet, ihr Einsatz als Heilpflanze ist heutzutage weniger bekannt.

Als regelmäßiger Bestandteil der Ernährung wird der Muskatnuss nachgesagt, dass sie das Verdauungssystem stärkt und das Herz kräftigen kann. Besonders der Darm soll durch die Muskatnuss besser arbeiten können. Die Darmwände sollen durchlässiger für die Nährstoffe werden. Außerdem entkrampft Muskatnuss bei Blähungen und wirkt gegen Infektionen mit Durchfall. Früher wurde Muskatnuss auch verwendet, um die geistige Leistungsfähigkeit zu verbessern. Dies war ein beliebter Einsatzzweck der Muskatnuss durch [Hildegard von Bingen](#).

Im Mittelalter sagte man der Muskatnuss sogar eine heilende Wirkung gegen Pest nach. Da die Muskatnuss antibakteriell wirkt, kann solche eine Wirkung nicht einmal völlig ausgeschlossen werden.

Auch die indische Heilmethode Ayurveda setzt die Muskatnuss zur Beruhigung des Nervensystems und zur Entkrampfung ein. ([www.heilkraeuter.de](http://www.heilkraeuter.de))

## **Myrrha, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

[Adstringierend](#). Darüber hinaus wird Myrrha eine desinfizierende und granulationsfördernde Wirkung zugesprochen. Einzelne Fraktionen zeigten ferner [antiexsudative](#), [analgetische](#), [antipyretische](#) und lokalanästhetische Effekte. In einem neueren US-Patent der Firma Dior wird die Verwendung von Myrrhe in kosmetischen Produkten beschrieben. Demnach soll die Synthese von Triglyceriden in Zellen der Haut gefördert und dadurch die Tiefe von großen und kleinen Hautfalten reduziert werden. Gleichzeitig soll die Haut weicher erscheinen. Anwendungsgebiete sind auch die lokale Behandlung leichter Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut. (<http://www.medizinalpflanzen.de>)

## **Salbei, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Die in Salbei enthaltenen ätherischen Öle, die hauptverantwortlich für die virenhemmende, pilztötende und antibakterielle Wirkung sind, beinhalten u. a. [Kampfer](#), Thujon, Salviol, Salven, Pinen, Cineol, Borneol, Salviol, Glutamin, Saponin, Rosmarinsäure und Urolsäure. Salbei hat laut Studien eine günstige Wirkung auf das Gehirn, die Augen, Drüsen und Nerven. So wird im Moment daran gearbeitet, aus den Wirkstoffen des Salbeis ein Medikament gegen Alzheimer herzustellen. Aber selbst wenn man noch nicht alt ist, hilft der Salbei die Konzentration zu steigern und das Gedächtnis zu verbessern. Auch bei [Stress](#) kann der Salbei helfen, natürlich nicht, den Stress zu vermeiden, jedoch wohl, ihn besser zu verkraften. Salbei ist ein wahrer Tausendsassa - weiter wird ihm durch die beschriebenen Inhaltsstoffe gute Wirkung bei Schweißausbrüchen, Husten, Akne und Entzündungen im Mundraum zugeschrieben. ([www.kraeuterverzeichnis.de](http://www.kraeuterverzeichnis.de)) Darüber hinaus werden noch mehr als 40 Anwendungsbereiche beschrieben ([www.heilkraeuter.de](http://www.heilkraeuter.de))



## **Bohnenkraut, was bewirken die Inhaltsstoffe?**

Bohnenkraut kann den Appetit anregen. Neben der verdauungsfördernden Wirkung schreibt man ihm aufgrund seiner ätherischen Öle auch eine leichte antiseptische und auswurfördernde Wirkung zu.

## **Sorbit im alkoholfreien Schwedenbitter**

Sorbit ist ein natürlich hergestelltes Süßmittel, und wird in diesem Schwedenbitter bewusst in geringer Konzentration eingesetzt, damit auch Diabetiker ihn trinken können. Die Menge, die man mit 2 Esslöffeln verdünnt in Wasser/Tee/Saft pro Tag zu sich nimmt, ist verschwindend gering. Sorbit findet den Einsatz zur Regulierung der Verdauung und als Nebeneffekt wird er geschmacklich deutlich besser von Kindern toleriert.

Das Sorbit wird im Darm über ein Enzym in Fruktose umgewandelt und dann vom Körper aufgenommen.

## **Zu Sorbit hier noch einige Informationen, die viele Menschen nicht kennen:**

Sorbit klingt im ersten Moment wie ein synthetisierter Süßstoff. Tatsächlich ist Sorbit ein Zuckeralkohol, der sich in Kern- und Steinobst sowie Trockenfrüchten finden lässt.

Ursprünglich wurde Sorbit aus den Früchten der Eberesche gewonnen, die bis zu 12 % Sorbit enthalten. Er kommt aber auch in vielen anderen Früchten und vor allem in Kernobstsorten vor. Erwähnenswert hinsichtlich ihres hohen Anteils an Sorbit sind Birnen, Pflaumen, Äpfel, Aprikosen und Pfirsiche. Dagegen enthalten Beeren- und Citrusfrüchte sowie Ananas und Trauben sehr wenig bis gar kein Sorbit. Sorbit wird auf der Basis von Glucose (Traubenzucker) gewonnen.

Wer kein Sorbit/Fruktzucker verträgt, der darf nahezu kein Obst essen, da auch Sorbit enzymatisch in Fruktose umgewandelt wird.

### Inhaltstoffe alkoholfreier Schwedenbitter als reine Aufzählung:

Wermut  
Eibisch  
Angelika  
Sternanis  
Beifußkraut  
Orangenschale  
Grüntee  
Cardamon  
Saflor  
Gewürznelken  
Tausendguldenkraut  
Kamille  
Zimtrinde  
Koriander  
Cubenpfeffer  
Attichwurzel  
Artischocke  
Pfefferfrüchte schwarz  
Iriswurzel  
Walnußblätter  
Süßholz  
Süßholzsafte  
Melisse  
Bitterklee  
Muskatnuss  
Myrrha  
Salbei  
Bohnenkraut  
Quendel, wilder Thymian  
Thymian  
Tormentill, Rotwurzel  
Zittwerwurzel  
Ingwer  
Natriumbenzoat, 0,1 %  
Kaliumsorbat , 0,1 %  
Sorbit 4,9 %