



Echter Zimtbaum (*Cinnamomum verum*)

Wirkung

- » blutzuckersenkend
- » senkt Blutfettwerte
- » antimikrobiell
- » als Öl hautreizend

Anwendung

- » bei Magen-Darm-Störungen
- » als Gewürz z. B. für Weihnachtsgebäck oder Glühwein
- » für die Herstellung von Duftstoffen

Schon
gewusst?

Zimt ist eines der ältesten Gewürze, das angeblich schon 3000 v. Chr. in China als solches verwendet wurde.



Echter Zimtbaum (*Cinnamomum verum*)

Allgemein

» gehört zur Familie der Lorbeergewächse

Merkmale

- » immergrüner Baum
- » bis zu zehn Meter hoch
- » schwarz-braune Borke, die nach Zimt duftet
- » unscheinbare, grünlich-weiße Blüten

Vorkommen

- » ursprüngliche Heimat Sri Lanka (ehemals Ceylon)
- » wird in vielen tropischen Ländern angebaut

Der Ceylon-Zimt wird in dünnen Schichten von der Rinde des Baums abgelöst und dann getrocknet.