# Echter Engelwurz

angelica archangelica

Arznei-Engelwurz, Brustwurz, Angelika, Heiliggeistwurzel, Heiligenwurzel, Heiligengeistwurzel

## Kategorie

Kräuter, Doldenblütler (apiaceae)

## Beschreibung


angelica archangelica

Die Arznei-Engelwurz oder Echte Engelwurz (Angelica archangelica) ist eine Pflanzenart aus der Gattung Engelwurzen (Angelica) innerhalb der Familie der Doldenblütler (Apiaceae). Sie ist in den kühl-gemäßigten bis subarktischen Gebieten auf der Nordhalbkugel weitverbreitet und wird in der Heilkunde verwendet.Die
Arznei-Engelwurz ist eine sommergrüne, zwei- bis vierjährige, nur einmal blühende (Hapaxanthe Pflanze) krautige Pflanze und erreicht Wuchshöhen von 1,2 bis 3 Metern, selten nur 50 Zentimetern. Sie besitzt eine dicke, manchmal gegabelte Pfahlwurzel, die bei Wildpflanzen oft rübenförmig ausgebildet ist, bei Kulturpflanzen meist kurz und mit vielen Adventivwurzeln besetzt ist.Die endständigen, halbkugeligen, doppeldoldigen Blütenstände enthalten viele Blüten. Die Doldenstiele sind nur in den obersten Bereichen behaart.

## Herkunft

Die Arznei-Engelwurz ist in Nord- und Osteuropa sowie Sibirien, im Himalaya, im südlichen Grönland und in Nordamerika verbreitet. Es gibt Fundortangaben für Dänemark, Norwegen, Schweden, Finnland, Island, die Niederlande, Deutschland, Tschechien, das Baltikum, die Slowakei, den europäischen Teil Russlands, Belarus, die Ukraine, Moldawien, Serbien, Kroatien, Georgien, den Kaukasusraum und Sibirien. Sie kommt in Mitteleuropa eher selten und nur an feuchten Standorten vor. Sie wird auch kultiviert.
Die Arznei-Engelwurz wächst in feuchten Wiesen, an Ufern. Sie kommt hauptsächlich auf nassen, zeitweise überschwemmten, nährstoffreichen Tonböden vor.

## Aroma

Angelica ist unter den Doldengewächsen einzigartig wegen seines durchdringenden aromatischen Geruchs, einem angenehmen Duft, der sich völlig von Fenchel, Petersilie, Anis, Kümmel oder Kerbel unterscheidet. Es wurde mit Moschus und Wacholder verglichen.

## Verwendung

Das Öl aus Wurzeln und Samen ist Bestandteil von Kräuterlikören und Bitterschnäpsen, wie Boonekamp, Bénédictine und Chartreuse. Kandierte Stängel werden als Süßigkeit und als Verzierung für Backwaren angeboten. Engelwurz ist auch Bestandteil des Schneeberger Schnupftabaks. Mit den Früchten werden Wermutwein, Gin und Chartreuse aromatisiert. Madaus nennt auch einen »Choleralikör«.

## Gesundheit

Verwendung finden vor allem die unterirdischen Pflanzenteile: Als Droge Angelicae radix, welche Bitterstoffe und ätherische Öle enthält, also zu den Amara-Drogen gehört. Alkoholische Auszüge oder Tees werden gegen Appetitlosigkeit, leichte Magen- und Darmkrämpfe, Völlegefühl und

© 2026 coquina.de

Blähungen eingesetzt. Engelwurz wirkt karminativ, antimikrobiell bzw. antibiotisch und regt die Magensaft- und Bauchspeicheldrüsen-Sekretion an.
Arznei-Engelwurz könne bei Anorexia nervosa (Magersucht) verwendet werden. In der Volksmedizin wird das ätherische Öl (als Droge Angelicae aetheroleum) aus den Wurzeln innerlich gegen Schlaflosigkeit und äußerlich gegen Rheuma und Neuralgien angewendet. In größeren Mengen ist das ätherische Öl toxisch. Die Pflanze könne als Antiseptikum der ableitenden Harnwege Behandlung von Zystitis (Harnblasenentzündung) unterstützen.

## Geschichte

Ab dem 10. Jahrhundert wurde Angelika als Gemüse- und Heilpflanze kultiviert, und erlangte im 12. Jahrhundert in Skandinavien große Popularität und wird vor allem in der samischen Kultur verwendet. Es wurde einst als Kraut in der samischen Küche verwendet und ist als Kvanne bekannt.
Als Pflanze der nördlichen Breitengrade, die in Island und Skandinavien schon früh als Gemüse angebaut wurde, war die Arznei-Engelwurz den antiken Autoren des Mittelmeerraumes nicht bekannt. Erstmals in einem Kräuterbuch erwähnt wurde sie als Angelica im nordeuropäischen Galgant-Gewürz-Traktat aus dem 14. Jahrhundert, das wohl fälschlich einem »Alexander Hispanus« als Verfasser zugesprochenen wurde. Dieser Galgant-Gewürz-Traktat gibt für die Arznei-Engelwurz folgende Wirkungen an:

- Abwehr von »Zauber und Gift«
- Reinigung der Brust (daher der Name »Brustwurz«)
- Heilung von Bissen wütender Hunde
- Verdauungsanregung

© 2026 coquina.de