**PRESSEAUSSENDUNG**

Das teuerste Gewürz der Welt ist ein wirksames Heilmittel:

**Gesund werden und bleiben mit Safrantee**

*Safran ist bereits als Gewürz für Speisen bekannt. Besonders köstlich und wirksam ist er in Form eines Tees. Safrantee aktiviert nicht nur, er hat auch viele gesundheitsfördernde Eigenschaften.*

Bei Safran denken viele an den bekannten Kinderreim „Safran macht den Kuchen gel…“. Aber Safran verleiht nicht nur Mehlspeisen und Paella eine schöne gelbe Farbe, er wirkt zusätzlich sehr positiv auf Körper und Geist. Denn was viele noch nicht wissen: Safran ist aufgrund seiner Inhaltsstoffe (z.B. Crocin, Crocetin und Safranal) auch ein hochpotentes Heilmittel. Besonders einfach lässt sich Safran in Form eines Tees täglich trinken. Mit dem Genuss von Safrantee wird man sofort aktiver – und viele Krankheiten lassen sich vorbeugen bzw. behandeln.

**Gut für Hirn, Herz und Bauch**

Generell lindert Safran Schmerzen und hemmt Entzündungen. Deshalb wird das Gewürz von jeher unter anderem bei Husten und Asthma, Zahnfleischentzündungen und Aphten eingesetzt.

Konkret wissenschaftlich nachgewiesen wurden Verbesserungen bei Krankheiten des Nervensystems, des Verdauungstraktes und der Augen sowie bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen:

Wird Safrantee immer wieder getrunken, dann hat er eine stimmungsaufhellende Wirkung, was Depressionen, Angststörungen und Schizophrenie mindern kann. Studien haben auch gezeigt, dass damit die Lern- und Merkfähigkeit – auch bei milder bis mittelschwerer Alzheimer - verbessert wird.

Der Verdauungstrakt profitiert ebenfalls durch den Konsum von Safrantee. Das Gewürz hilft dem Magen, bei Blähungen und gegen Sodbrennen. Weiters unterstützen die enthaltenen Bitterstoffe die Regeneration der Leber und Antioxidantien schützen diese vor Schäden durch freie Radikale (z.B. Krebs).

Diese Antioxidantien stärken zusätzlich die Arterien und Venen, was die Gefahr eines Herzinfarktes senkt. Dazu trägt auch bei, dass die regelmäßige Einnahme den Cholesterinspiegel um bis zu 50% senken kann.

Safran verbessert zudem die Mikrozirkulation, die Durchblutung der kleinsten Blutgefäße. Diese Eigenschaft hilft wiederum bei der Heilung von Augenkrankheiten, wie dem Grünen Star und Makuladegeneration.

**Die Dosis macht den Unterschied**

Am besten und einfachsten ist es, Safran in Form eines Tees täglich einzunehmen. Damit ist ein regelmäßiger Konsum gewährleistet – der viele Krankheiten verhindert bzw. lindert – aber es besteht nicht die Gefahr der Vergiftung. Denn wie bei vielen Pflanzen (und auch Salz) macht die Dosis den Unterschied, ob Safran ein wirksames Heilmittel oder ein Gift ist. Wird das Gewürz überdosiert, dann können Schwindel, Übelkeit, Durchfall und Kopfschmerzen auftreten.

**200.000 Krokusblüten für 1 Kilo Safran**

Safran gilt als das teuerste Gewürz der Welt. Der Grund dafür liegt in seiner aufwendigen Produktion. Die lila Krokusart "Crocus Sativus" blüht nur zwei Tage im Jahr. Innerhalb von zwei Wochen im Oktober oder November werden alle Blüten vorsichtig per Hand gepflückt. Danach zupfen die Arbeiterinnen und Arbeiter die drei orange-roten Stempelfäden aus der Blüte.