



**Botanik:** *Ceratonia siliqua*, Fabaceae  
**Verwendete Pflanzenteile:** Gummi aus den Samen

Der Johannisbrotbaum ist im Mittelmeerraum heimisch und wird 5 bis 7 m hoch. Die Früchte, das Johannisbrot, werden 10 bis 30 cm lang mit 1,5 bis 3 cm dicke. Von grün, verfärben sich die Bohnen mit der Reife zu dunkelbraun im Juli des darauffolgenden Jahres. In den ärmeren Regionen dienen die rohen oder gekochten Früchte auch zur Ernährung.

Die Samen sind braun, flach-ovoid, bikonvex und sehr hart. Die einzelnen Samen sind durch eine fleischige Masse getrennt, dem 'Caroub' welches mehlig und süsslich ist.

Da das Gewicht und die Grösse der Samen sehr regelmässig sind, wurden sie im Altertum als Münzeinheit verwendet. Sie sind auch die Basis des Begriffes Karat, der im Edelsteinhandel das Gewicht eines Johannisbrotsamens darstellte.

Aus den Samen wird das Johannisbrotgummi gewonnen. Mit Wasser quillt dieses Gummi und bildet ein Gel das vom Organismus nicht aufgenommen wird. Durch Wirkung auf die Verdauungsenzyme (Trypsin, Chymotrypsin, Amylase und Lipase) verlangsamt es die Assimilierung der Nahrung.

Vor dem Essen eingenommen behebt Johannisbrotgummi also das Hungergefühl und erlaubt so eine Gewichtsabnahme.

Johannisbrotgummi wird auch als Verdickungsmittel bei Erbrechen bei Kleinkindern eingesetzt.

Im Falle chronischer Niereninsuffizienz bindet Johannisbrot im Verdauungstrakt den Harnstoff, Kreatinin, Harnsäure, Ammoniak und die Phosphate was eine bedeutende Absenkung des Harnstoffgehalts im Blut bewirkt.