

A ki május közepe táján a zselici erdőket, mezőket járja, az magába szívhatja a zöldellő erdő, az éppen virágzó bodza és akác fehér virágaitól illatozó, bódítóan friss levegőt. Ebbe a páratlan illat- és színorgiába vegyül bele halvány rózsaszín virágaival és enyhe, de jellegzetes rózsailatával a csipkebogyó, hivatalos nevén a gyepűrózsa. E cserjenövény jó néhány olyan tulajdonsággal rendelkezik, mellyel kitűnik gyógynövénytársai közül, és bogyójának magas C-vitamin-tartalma miatt méltán viselheti az „észak narancsa” címet is.

Csipkebogyó, a C-vitamin-bomba



A gyepűrózsa (*Rosa canina*) maga egy gyűjtőfaj, mely nem kevesebb, mint 60 változatot foglal magában, sőt még egy sor további vadrózsafajt is a *Rosa canina* csoporthoz sorolnak a botanikusok. Európában, így hazánkban is szinte mindenütt honos, ezért bátran állíthatjuk, hogy növényünk a leggyakoribb vadrózsafajunk is egyben. Kedvelt termőhelyei az erdő- és útszélek, legelők, cserjések, lombos erdők. Az erőteljes, akár három méter magasra is felkúszó cserje májustól júliusig bontja rózsaszín virágait. A 2-3 centiméteresre megnövő, eleinte narancssárga, majd élénk skarlátvö-



rös, tojásdad vagy gömb alakú áltermését (csipkebogyó) már szeptemberben gyűjthetjük. A bogyó belsejében több kőkemény aszmagtermés található, melyeket szűrős hegyű szűrők ölelnek körül.

Természetesen mint minden valamirevaló, a népi gyógyászatban gyakran használatos gyógynövénynek, a gyepűrózsának is számos elnevezése került a köztudatba: csipkerózsa, vadrózsa, kutyarózsa, bicskefa, csipkebogyó, csipke, csitkenye, hecsedli, de hazánk egyes területein a nem túl barátságos „seggvakaró” névvel is illetik. Ez utóbbi nevet talán szűrős tuskékkal felvértezett bokrai miatt kaphatta, melyek bizony belekapaszkodnak a kirándulók és a csipkebogyó-szedők nadrágjába is.

A növény érett „csipkebogyója” tízszer annyi C-vitaint tartalmaz, mint a citrom, és ezzel a tulajdonságával az összes vad és kerti gyümölcs között az élen áll, nem is beszélve arról, hogy ezáltal erősíti szervezetünk ellenálló képességét. Mindemellett számos olyan hatóanyagot is tartalmaz, melyek segítségével könnyebben vehetjük fel a harcot a betegségek ellen. A flavonoidok gyulladásgátló és antibakteriális hatást fejtenek ki, a pektinek pedig

Fűben, fában orvosság
rovatunk megjelenését
a Mecsek Tea gyártója,
a Mecsekdrog Kft. támogatta


Mecsek Tea
TERMÉSZETESEN HAT!

www.mecsektea.hu



FESZÜLT? ÁLMATLAN?

**LAZÍTSON A LEVENDULÁS
MECSEK STRESSZOLDÓ
TEÁVAL!**

A teakeverékben található
levendula, citromfű és hársfavirág
nyugtató, feszültség oldó hatásúak.

A ginzeng pedig segíthet
a stresszhez való alkalmazkodásban,
és javíthatja a szervezet terhelhetőségét.

**Keresse a dm üzletekben
és a CORA hipermarketekben is!**



segítik az emésztést. A bogyóból készített gyógyteát influenzás időszakban, meghűléses betegségek idején ajánlott rendszeresen fogyasztani. Ismeretes gyógyhatása vese- és hólyagbántalmakra, bélhurut és hörghurut esetén, és közsímt az emésztést javító hatása is. A csipkebogyó készítmények jól használhatók erősítő, üdítő és élvezeti célokra egyaránt. Ízjavító hatása miatt gyógynövény-keverékekben, gyümölcs-keverékekben széles körben alkalmazzák. Kissé savanykás ízű teáját mézzel édesíthetjük. Fontos, hogy a csipkebogyóból készült teát langyos vagy hideg vízbe áztassuk, mert C-vitamin-tartalmát főzés, forrázás esetén elveszíti!

Felhasználásának még számos lehetősége adódik: egyes vidékeken likórt, bort és pálinkát is készítenek belőle, a svédek pedig levest főznek a csipkehűsből. A teakészítés mellett hazánkban a legismertebb és az egyik legfinomabb, csipkebogyóból készült termék a hecsedlilekvár, melynek elkészítéséhez igen nagy szakértelemre van szükség. Akik birtokában vannak a hecsedlilekvár-főzés fortélyának, azok hét lakat alatt őrzik e titkot.

Kevés olyan növény létezik, mely a különböző kultúrnépek körében ekkora becsben állt, és olyan misztikus tiszteletnek örvendett, mint a vadrózsa. A Bibliában a csipkebokor Mózes

elhívását jelképezi. A középkorban a lángoló csipkebokrot Mária jelképének tekintették, aki érintetlenül lett Isten anyja, ezért a barokk művészetben az égő csipkebokor a szeplőtelen fogantatás jelképévé vált. Már az ókori népek is felismerték gyógyító hatását, főként a sorvadásos betegségek ellen használták teáját.

A mi hecsedlink a mai rózsák őse is egyben. Írásos emlékek szerint Krisztus előtt 2000 évvel Perzsiában úgynevezett rozáriumokban már rózsát nemesítettek. Ezekben a rózsakertekben természetették a napjainkban oly kedvelt damaszkuszi rózsát. A nemesített virág csak később hódította meg Európát, először Görögországban terjedt el, ahol Vénusznek szentelték, majd a császári Rómában bontakozott ki hihetetlen rózsakultusz. A rózsanevelés fellendülését az 1800-as években Kínából behozott tearózsza lendítette fel.

Kirándulásaink során tehát úgy is nézzünk szerény megjelenésű, erdőszéli vadrózsánkra, mint minden rózsák atyjára, melyből az évszázadok folyamán minden elképzelhető formájú és színű rózsza nemesedett, és természetesen tekintsünk úgy is rá, mint szervezetünk egyik legnagyobb C-vitamin-forrására.

KÉP ÉS SZÖVEG: MÜLLER NÁNDOR




Mecsek Tea

TERMÉSZETESEN HAT!

www.mecsektea.hu