



Rezepte aus der Rosenküche

Wie müde Augen wieder munter werden und nervöse Herzen Ruhe finden.

Rosen-Maske lässt Pickelchen verblühen

250 g frische, klein geschnetzelte Rosenblätter und 250 g Shea-Butter (Reformhaus) gut miteinander vermischen. 7 Tage ruhen lassen. Bei kleiner Hitze unter ständigem Umrühren zum Köcheln bringen, durch ein Tuch drücken. Fertige Salbe mit 2 Teelöffeln Rosenwasser (Apotheke), 1 TL Honig und 2 TL fein gemahlener Mandeln verrühren. Messerrückendick auf das Gesicht auftragen, nach 15 Minuten mit einem Pad abtupfen, das in Rosenwasser getränkt ist. 3-mal pro Woche.

Rosenblätter nehmen Wespenstich-Schmerz

Die entzündungshemmenden ätherischen Öle wirken schmerzstillend und entzündungshemmend. Bei einem Wespen- oder Bienenstich schnell ein paar frische Blätter in der Hand zerreiben, den austretenden Rosensaft auf den Stich streichen.

Rosenkomresse macht müde Augen munter

Einfach eine halbe Handvoll frische Rosenblätter auf geschwollene, gereizte oder müde Augen legen. Tuch darüberdecken. 10 Minuten entspannen.

Rosen-Öl entspannt nervöse Herzen

1 bis 2 Tropfen Rosen-Öl (Apotheke) direkt auf die Herzregion geben. 5 Minuten sanft mit leichten, kreisenden Bewegungen einmassieren. 3- bis 5-mal täglich.

Rosenmilch-Bad verjüngt die Haut

3 bis 5 Tropfen ätherisches Rosenöl (Apotheke) in ein Schälchen mit 4 bis 5 EL Sahne geben, gut durchrühren. In das bereits eingelassene Bad (37 bis 38 Grad) geben. Eine Handvoll frisch hineingestreuter Rosenblüten steigert den Heilzauber noch. 20 Minuten darin entspannen.

Kühler Rosen-Teeumschlag heilt kleine Wunden

3 TL getrocknete, pulverisierte Rosenblätter mit 1 Tasse Wasser aufkochen, 10 Minuten ziehen lassen, abseihen. In den Kühlschrank stellen. Baumwolltuch im Rosentee tränken, 10 Minuten auf die Wunde legen. Mit trockenem Tuch abdecken. 3-mal erneuern.

Rosen-Essigwasser löscht einen Sonnenbrand

Blüten-Blätter einer frischen Rose abzupfen, 6 bis 12 Stunden in eine Mischung aus 100 g Weißwein-Essig und 400 g Wasser legen. Bei Sonnenbrand, gereizter Haut Baumwolltuch mit dem Essig-Rosenwasser 30 Minuten auflegen. Möglichst oft erneuern.

Hagebuttentee stimuliert die Abwehr

40 g getrocknete Hagebutten-Früchte, je 20 g getrocknete Eibischwurzel, Königskerzenblüten und -blätter (alle aus der Apotheke) mischen, im Mörser pulverisieren. 2 TL der Mischung mit 1 Tasse Wasser aufkochen, 15 Minuten ziehen lassen, abseihen. Morgens und abends je 1 Tasse.

Hagebutten-Kombi lässt leichter husten

40 Gramm getrocknete Hagebutten, je 20 g Eibischwurzel und Königskerzen-Blüten (Apotheke) im Mörser pulverisieren. 2 Teelöffel der Mischung mit 1 Tasse Wasser aufkochen, 15 Minuten ziehen lassen, abseihen. Mit Manuka-Honig süßen. 3 Tassen pro Tag.

Weitere Rezepte im Buch:
Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, Rosenmedizin.
Mankau Verlag 2017, 20 Euro,
ISBN: 978-3-86374-349-9



© Kati Molin - Fotolia.com