

Ressort: Gesundheit

Hagebutten - Früchte der Heckenrosen

Veröffentlicht am: 25.10.2013 | Verfasserin: Brigitte Schubert

Die Heckenrose ist eine Urform der heutigen Zuchtrose. Sie ist auch als Hundsrose oder Hagerose bekannt. Im Herbst bringt sie leuchtend rote Früchte hervor, die Hagebutten.

Hagebutten enthalten die Vitamine C, B1, B2, E und K sowie Provitamin A, Fruchtsäuren, Gerbstoffe und ätherisches Öl, Pektin und Mineralstoffe.

Hagebuttentee hilft bei Erkältungen und Infektionen aller Art, indem er kühlt, erfrischt und die Abwehrkräfte steigert. Er wirkt positiv auf die Eisenaufnahme des Körpers.

Hagebutten lassen sich gut mit Malven kombinieren.

Tipp: Der Tee kann mit Ingwer, Zimt, Zitronenschale oder Orangensaft gewürzt werden.

[url=http://leipzig.reporters.de][url]

Anwendung in der Küche

Aus getrockneten, von den Kernen befreite Hagebuttenschalen, kann ein schmackhafter Tee zubereitet werden. Er schmeckt frisch-säuerlich. Die Früchte werden zerkleinert und mit kochend heißem Wasser übergossen. 15 Minuten zugedeckt ziehen lassen und dann abseihen. Mehrmals täglich getrunken, stärkt der Tee die Blutgefäße und hilft bei Durchfall und Nierenleiden.

Hagebuttenmus ist jedoch viel wirksamer. Ein Esslöffel davon deckt den Vitamin C-Bedarf eines Erwachsenen. Die weichen Fruchtschalen mit dem Mixstab zerkleinern und durch ein Sieb streichen. Mit Zucker und Wasser unter rühren heiß werden lassen, aber nicht kochen. In saubere Gläser füllen und fest verschließen.

Hagebuttemarmelade ist eine zusätzliche Abwechslung auf dem Frühstücksbrot und sehr zu empfehlen.

Reife Hagebutten werden im Herbst gesammelt. Sie werden aufgeschnitten, entkernt und bei höchstens 40 Grad im Backofen getrocknet.

Die Früchte der wilden Rose kommen von einer Heilpflanze, die in der Naturheilkunde und in der Naturkosmetik ihren Platz gefunden hat. Immerhin hat die Hagebutte bis zu fünfmal mehr Vitamin C als die Zitrone. Sehr interessant ist auch, dass das Vitamin C nicht durch den Kochvorgang zerstört wird.

Die Samen bzw. die Kerne sollten vor der Verarbeitung stets entfernt werden. Sie sind mit feinen, widerhakenähnlichen Härchen bedeckt und rufen Juckreiz hervor. Vor allem für Kinder ist das sehr verlockend, die damit Schabernack treiben und gern Juckpulver für ihre Mitstreiter herstellen.

Der schöne, kräftige Strauch hat den lateinischen Namen "Rosa canina" (Hundsrose) nicht verdient. Zudem ist die Hagebutte in der mitteleuropäischen Mythologie verankert. Zur Weihnachtszeit werden die Früchte als Viehschutz für das kommende Jahr angewendet. In Unterfranken wird eine reiche Blüte an Maria

Redaktioneller Programmdienst: Reporters.de

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt / Germany
Telefon: +49 (0) 700-011.11.011
Telefax: +49 (0) 841-951.99.661
E-Mail: service@reporters.de
Internet: reporters.de

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist allein der/die jeweilige Autor/in verantwortlich.

Himmelfahrt als Zeichen für eine gute Weinernte gedeutet.

Hagebutten begegnet man auch in dem bekannten Kinderlied "Ein Männlein steht im Walde ganz still und stumm, es hat von lauter Purpur ein Mäntlein um ..."

Rosenhecken um Gärten oder Felder sind ein guter Schutz vor ungeliebten Gästen, so ist es auch im Märchen von Dornröschen beschrieben.

Für Insekten, Vögel und Wild ist sie im Winter ein guter Nahrungslieferant.

Die wilde Heckenrose ist ein 1 bis 3 Meter hoher Strauch mit kräftigen gekrümmten Stacheln. Die Äste sind aufrecht bis überhängend. Die Blüten duften nur sehr schwach und haben fünf rosafarbene bis weiße Blütenblätter. Der Strauch ist oft an Wegrändern, im Wald und Feldgehölz als Busch oder Hecke zu finden. Er steht oft auf trockenen Hängen und mag gern tiefgründigen, lockeren Boden. Die wilde Heckenrose kommt in fast ganz Europa vor und in den Alpen bis zu einer Höhe von 1.500 Metern. Die Wildrose ist sehr robust, widerstandsfähig, anspruchslos und zudem pflegeleicht. Die Vermehrung erfolgt durch Stockteilung oder Aussaat.

Die Heckenrose ist ein schöner Blickfang in jedem naturnahen angelegten Garten.

Artikel online lesen:

http://leipzig.reporters.de/gesundheit/hagebutten_fruechte_der_heckenrosen-296/

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDSStV: Brigitte Schubert, Leipzig

Redaktioneller Programmdienst: Reporters.de

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt / Germany
Telefon: +49 (0) 700-011.11.011
Telefax: +49 (0) 841-951.99.661
E-Mail: service@reporters.de
Internet: reporters.de

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist allein der/die jeweilige Autor/in verantwortlich.