

# Die Verführerin: Rosenblüten

Sabine Hurni | Ausgabe 12 - 2007

Die Königin der Blumen erfreut Rosenzüchter, Liebespaare und Parfümeure. Dabei geht fast vergessen, dass die Rose mit ihrem wunderbaren Duft und den vitaminreichen Früchten auch ein wichtiges Heilmittel ist.



Eine Rose sagt mehr als tausend Worte. Importiert aus aller Welt erfreut sie uns mit ihren Farben und Düften vor allem als Schnittblume. Sie stammt ursprünglich aus dem asiatischen Raum und hat sich im Laufe der Zeit über die ganze Nordhalbkugel ausgebreitet. Da wird sie gekreuzt, gezüchtet, getauft und preisgekrönt.

## Die wilde Unscheinbare

Nicht ganz so königlich kommt die wildwachsende Rosa Canina daher. Ihre rosafarbenen Blüten sind schlicht fünfblättrig und unscheinbarer als diejenigen ihrer hochstieligen Schwestern. Auch ihr Duft fällt geringer aus. Die kleinen Rosenblüten am bis zu fünf Meter hohen Strauch duften zart nach Himbeeren und verwandeln sich im Herbst in leuchtend rote Hagenbuttenfrüchte.

Ihre Schalen sind reich an Vitamin C (mindestens 400 mg/100g), enthalten aber auch die Vitamine A, B1, B2 sowie Mineralstoffe, Flavonoide und Gerbstoffe. Auf diese Weise stärken die Hagenbutten die Abwehrkräfte, festigen die Blutgefäße und hemmen Entzündungen. Sie sind deshalb nicht nur in vielen Multivitaminpräparaten enthalten, sondern auch ein wirkungsvolles Heilmittel gegen rheumatische Erkrankungen.

## Bestechende Rosenblüten

Rosenblüten sind als Heilmittel weniger verbreitet. Aus der Parfümerie, der Aromatherapie und der Kosmetikindustrie sind sie hingegen nicht mehr wegzudenken. Rosenöl kannten schon die Römer. Sie kochten Gerichte damit und streuten Rosenblütenblätter über ihre reichhaltigen Festmähler. Um Rosenöl zu gewinnen braucht es allerdings intensiver duftende Blüten als die der Heckenrose. Allen voran die Damaszener- und die Provencerose. Beide gehören wohl zu den bekanntesten Duftrosen.

Das echte Rosenöl wird durch Wasserdampfdestillation gewonnen – und weil

man für einen Liter Öl etwa sechs Tonnen Rosenblüten braucht, ist die Kostbarkeit entsprechend teuer. Rosenöl gibt dem Marzipan den letzten Schliff, rundet Teemischungen ab, beruhigt stark beanspruchte Haut und öffnet durch das verströmen seines lieblichen Duftes so manches Herz.

### **Rosentee**

1 Teelöffel Rosenblüten; 1 Tasse Wasser

Die Rosenblüten mit dem kochenden Wasser übergießen und fünf bis zehn Minuten ziehen lassen. Der edle Tee wird schwach rosa und kann mit etwas Honig gesüßt werden. Wirkung: Blutreinigend, herzstärkend und beruhigend. Er lindert Kopfschmerzen und starke Periodenblutungen.

### **Rosen-Bademilch**

2 Esslöffel Rahm; 2 EL Honig; 5 Tropfen ätherisches Rosenöl

Alles vermischen und ins Badewasser geben.

### **Rosenöl**

1-2 Tropfen Rosenöl

100 Milliliter Mandelöl

Beides vermischen und für die Babymassage oder als pflegendes Körperöl verwenden.

### **Rosengewächs des Monats**

In dieser Serie sind erschienen: Gänsefingerkraut, Frauenmanteli, Nelkenwurz, Mädesüss, Brombeer- und Himbeerblatt, Weissdorn, Tormentill, Schlehendorn, Rosenblüten