



www.valtaro.it

Hundsrose / Hagebutte Rosa Canina



www.roseslobert.com



<http://de.wikipedia.org>



<http://w3.goodnews.net>

Lilian Meier / 2008



www.waldhang.de



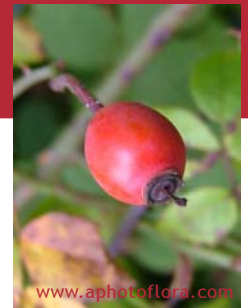
www.rz.uni-

Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Die Systematik der Hundsrose

Abteilung:	Bedecktsamer (Magnoliophyta)
Klasse:	Dreifurchenpollen-Zweikeimblättrige (Rosopsida)
Unterklasse:	Rosenähnliche (Rosidae)
Ordnung:	Rosenartige (Rosales)
Familie:	Rosengewächse (Rosaceae)
Unterfamilie:	Rosoideae
Gattung:	Rosen (Rosa)
Art:	Rosa Canina L. (europäische Hundsrose)
Weitere Art:	Rosa Carolina (amerikanische Hundsrose)
sZüchtungen:	Rosa Canina Exilis, Rosa Canina Blondaeana, Rosa Subcanina
Synonyme:	Hagerose, Hagrose, Heckenrose, Wildrose, Hagebutte, Hainbutte, Hiefen, Hedscherl, Frauenrose, Dornrose, Hagebutze, Hainrose, Heinzerlein, Butterfässlein, Dornapfel, Arschkratzerl, Rosenbeere



Aussehen der Hundsrose und der Hagebutten

Das Aussehen der Hundsrose

Die Hundsrose (*Rosa canina* L.) ist eine einheimische Wildrose. Sie ist extrem winterhart und gesund, blüht weiss bis hellrosa und kann bis zu fünf Meter hoch werden. Die Hundsrose zeigt sehr unterschiedliches Wuchsverhalten. Freistehend entwickelt sich ein hoher, rundlicher Busch mit weit ausladenden überhängenden Ästen. Im Gebüsch klettert sie mit rutenförmigen, wenig verzweigten Sprossen als Spreizklimmer im Astwerk benachbarter Gehölze in die Höhe. Sie blüht im Mai und Juni und fruchtet im September und Oktober.

Die unterschiedlich grossen (7 bis 10 mm), langen, hakig gebogenen Stacheln sitzen oft paarweise unterhalb der Blätter. Die «Dornen» aller Rosen sind übrigens Stacheln, weil sie Bildungen der Rinde sind und sich leicht abbrechen lassen; Dornen hingegen sind fest verwachsen (umgebildete Sprosse, Blätter oder Wurzeln) und haben Organcharakter.

Die Blätter der Rose sind meist sommergrün und werden zu Beginn des Winters abgeworfen. Sie sind wechselständig, 8 bis 12 cm lang und unpaarig gefiedert mit 5 bis 7 Fiederblättchen. Die Nebenblätter sind flügelartig mit dem Blattstiel verwachsen, die Fiederchen (3 bis 4 cm lang, 1,2 bis 2,5 cm breit) lanzettlich, gleichmässig gesägt, oberseits dunkel graugrün, unterseits heller, beiderseits kahl.

Die 2 bis 2,5 cm langen Kronblätter sind weiss bis blassrosa. Die Griffel ragen nur

wenig aus dem Blütenbecher und bilden einen kahlen Narbenkopf. Die Anzahl der Staubblätter ist unterschiedlich, liegt aber zwischen 20 und 100. Die Kelchblätter der Rosenblüten zeigen oft eine charakteristische «Bärtung», die sich sehr leicht beobachten lässt, wenn man eine Rosenblüte von unten betrachtet. Zwei Kelchblätter sind beiderseits mit fiederartigen Anhängen (barbati) ausgestattet. Zweien fehlen diese gänzlich (*sine barbati*). Eines vermittelt den Übergang und ist nur einseitig gebärtet. Die 1 bis 2 cm lang gestielten Blüten finden sich einzeln oder doldenrispig an den Enden beblätterter Kurztriebe. Die Hundsrose besitzt 5 Kelch- und 5 Blütenblätter und blüht nur einmal im Jahr (Mai, Juni), im Gegensatz zu vielen Edelrosen, die von Juni bis zum ersten Frost Blüten hervorbringen.

Die Hundsrose vermehrt sich ungeschlechtlich. Eine eigenartige Erscheinung, die als Heterogamie bezeichnet wird, ist bei den Rosen nur von den *Caninae* bekannt, und sie konnte natürlich erst mit der Verfeinerung der Forschungsmethoden der Chromosomenbotanik gefunden werden. Die Hundsrose bildet in den Samenanlagen lebensfähige Embryonen, ohne dass eine Befruchtung stattgefunden hätte. Diese komplizierte genetische Struktur macht deshalb Kreuzungen schwierig und es gibt nur wenige Gartenrosen aus ihrer Abstammung.

Die Hagebutte entsteht aus den zarten Blüten der Wildrose. Die Schalen der Hagebutten werden getrocknet als Tee ver-



Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Aussehen, Vorkommen und Verarbeitung

wendet und haben nicht nur Heilwirkung, sondern werden auch gerne als gesundes Getränk genossen.

Die eiförmigen, ca. 2 cm langen und 12 mm breiten Hagebutten reifen im Spätsommer heran und bleiben noch bis ins nächste Jahr an den Zweigen hängen. Sie sind korallenrot, kahl und zur Fruchtreife weich. Die ovalen 5 mm langen Früchtchen sitzen innen am Grund und an den Seiten des Fruchtblachers.

Das, was wir landläufig als Früchte ansehen, sind eigentlich Scheinfrüchte, denn im Inneren der Hagebutte befinden sich steinharte Schliessfrüchte, sogenannte Nüsschen. Diese werden oft fälschlich als Samen bezeichnet.

Die leuchtendrote Scheinfrucht, die diese Nüsschen umschliesst, ist der Träger der wirkungsvollen Vitamine: A, B1, B2, K, P und sehr viel Vitamin C. Mineralstoffe, Gerbstoffe und Flavonide sind ebenfalls enthalten. Die Borsten innerhalb der Hagebutte sind als Juckpulver bekannt: Das war ein sehr beliebter Kinderstreich - dem Freund die kleinen Kerne der Hagebutte mit ihren Borstenhaaren ins Hemd zu tun. Das wirkt besser als jedes Juckpulver!

Das Vorkommen der Hundsrose

Die Wildrose wächst in Europa, Zentralasien und Nordafrika in Hecken, Gebüsch, an Waldrändern und Böschungen. Teilweise tritt sie dort wild auf, sie wird aber auch im grossen Stil angebaut und ist sehr pflegeleicht. Sie braucht tiefgründigen Lehmboden. In den Alpen findet man sie bis zu einer Höhe von 1500 m. Im Hochsommer entfaltet sie zahlreiche weisse Blüten, die es zwar an Pracht nicht mit Zuchtrosen aufnehmen können, aber dennoch ihren ganz eigenen zarten urwüchsigen Reiz haben. Bis zum Herbst reift die Heckenrose zur leuchtend roten Hagebutte heran.

Die Verarbeitung der Hagebutten

Die reifen Hagebutten sammelt man im Herbst, bei beginnender Reife, wenn sie eine satte rote Farbe bekommen haben und noch fest sind. Sie werden aufgeschnitten, von den Kernen befreit, kleingeschnitten und getrocknet. Da Hagebutten ziemlich wasserhaltig sind, sollte man sie an einem warmen Platz oder bei minimaler Hitze (maximal 40 Grad) im Backo-

fen oder Dörrgerät trocknen.

Die Herkunft der Namen

Das lateinische Wort «Rosa» für die Kulturrose kommt ursprünglich vom griechischen «Rhodon» und wurde dann entweder in semitischen oder indogermanischen Quellen abgeändert.

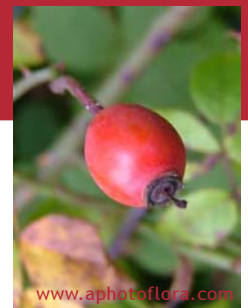
«Canina» heisst soviel wie hundsgemein, deshalb hat ihr Volksname «Hundsrose» nichts mit Hunden zu tun, sondern bedeutet, dass man die Hagebutte überall finden kann.

Der Name Hagebutte stammt von den Worten Hag für dichtes Gebüsch und Butzen für Klumpen, Batzen (Gefäss, in dem die Samen sitzen; auch der Apfelbutzen hat diesen Wortstamm).

Sorten

Neben der Hundsrose (*Rosa Canina* L.) werden auch andere Rosenarten zur Drogengewinnung kultiviert:

- Die **Dünen-Rose** (*Rosa pimpinellifolia*) trägt schwarze Hagebutten.
- Die **Alpen-Rose** (*Rosa pendulina* L., *Rosa alpina* L.) mit hängenden, schlank flaschenförmigen Früchten, die zur Reifezeit noch die ungefierten, aufgerichteten Kelchblätter tragen, kommt im Gebirge in Mittel- und Südeuropa vor.
- Die **Kartoffel-Rose** (*Rosa rugosa* Thunb.) mit abgeflacht kugeligen Früchten, die zur Reifezeit von ungefierten, abstehenden Kelchblättern gekrönt sind, wird in Ostasien und Mitteleuropa häufig kultiviert.
- Die **Essig-Rose** (*Rosa Gallica* L.) hat braunrote kugelige Früchte und rosarote Blüten. Die Blütenblätter verwendet man auf Grund des Gerbstoffgehaltes gegen Durchfall, als Gurgelmittel, zu Bädern bei schlecht heilenden Wunden und als Schmuckdroge in Teemischungen.
- Die **Damaszener Rose** (*Rosa x Damascena* Mill.) stammt von der Essig-Rose ab und wird zur Gewinnung von Rosenblüten und Rosenöl vor allem in Bulgarien und der Türkei angebaut.
- Die **Hunderblättrige oder Provence-Rose** (*Rosa x Centifolia* L.) ist eine Gallica-Hybride, die seit dem 17. Jahrhundert in vielen Sorten kultiviert wird (v.a. in Frankreich, Italien und Marokko).



www.aphtoflora.com



www.ce.jyu.fi



www.aphtoflora.com



http://bioeco.itan.it



www.yattaro.it



www.rosastaubert.com



http://3xoomer.virginia.it



Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Die Geschichte der Rose

4000-jährige Geschichte

Die älteste bekannte Abbildung einer Rose ist 4000 Jahre alt und auf einer sumerischen Tontafel zu finden. Persien galt als das Rosenland schlechthin. Das Wort für Rose ist gleichbedeutend mit Blume. Dem Islam bedeuten Rosen, da sie aus Mohammeds Schweisstropfen entsprossen sein sollen, ein heiliges Symbol. Als Saladin im Jahre 1187 Jerusalem von den Kreuzrittern zurückeroberte, soll er auf 500 Kamelen Rosenwasser herbeigeschafft haben, um die Wände und Säulen der Moschee und den Fels, auf dem sie gebaut ist, damit reinzuwaschen, denn sie war von den Kreuzrittern als Kirche missbraucht worden. Erst danach durften gläubige Moslems das Heiligtum wieder betreten.

Die Hundsrose gehörte schon zum Arzneischatz der Ärzte des Altertums. Dioskurides schrieb z.B. über die Hagebutten ohne die Kerne, dass sie in Wein gekocht und getrunken den Bauchfluss stillen. Oder über die Blüten: «Die frische Rosen kühlen / und ziehen zusammen / die gedörte aber viel mehr. Der Rosen Saft wirt auß den frischen Rosen geprest.»

Den Germanen galt die Heckenrose als das Symbol der weiterlebenden Seele. Rosenholz war unerlässlicher Bestandteil der Scheiterhaufen bei Leichenverbrennungen. Die durch Gallwespen verursachten Gewebewucherungen, als Rosen- oder Schlafäpfel bezeichnet, legte man Säuglingen als Einschlafhilfe unter die Kissen. Noch im 17. Jahrhundert führten Bader diese «Zauberkegel» im Angebot, weil sie Kinder gegen Behexung und Krämpfe schützen sollten. Die Heckenrose, als «Friggas Dorn» der mütterlichen Liebes- und Fruchtbarkeitsgöttin heilig, besass Zauberkraft. Aus Dankbarkeit für den Beistand bei schweren Geburten vergruben Hebammen nach gutem Verlauf die Nachgeburt unter einem Rosenbusch. Der sagenhafte «Rosengarten» des Zwergenkönigs Laurin war nichts anderes als eine blumige Umschreibung für Kampf, Blut, Tod und Untergang auf dem Schlachtfeld.

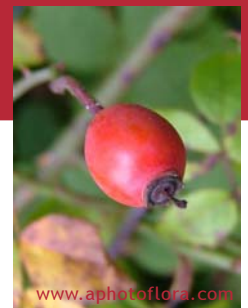
Im Mittelalter wurden aus der Hundsrose und den Hagebutten vielerlei Mittel hergestellt. Bock verordnet die Hundsrose u. a. zur Herzstärkung, bei Kopfschmerzen und bei tränenden Augen. Matthiolus nimmt die Hagebutten als steintreibendes Mittel und gegen Gonorrhoe und Ruhr, während Henkel sie viel später als Anthelmintikum (Wurmmittel) verabreicht. Osianer sieht in ihnen ein Mittel gegen Harngriss und die daraus folgenden Harnbeschwerden. In den Klostersgärten durften die Rosen nicht fehlen, denn man reichte sie als beliebte Fleisch- und Dessertwürze zum Essen. Aus ihren Blättern wurden Salben für die Augen zubereitet und, in Wein gekocht, verwendete man sie bei Ohren- und Kopfschmerzen sowie bei Magenfäule, Haut- und Zahnfleischentzündungen. Weil der Rose kühlende und trocknende Kräfte zugeschrieben wurden, setzte man sie im Mittelalter vor allem gegen Fieber, erhitze Verdauungsorgane (Durchfall), Brandwunden und eiternde Verletzungen ein. Hildegard von Bingen bemerkt zur Rose: «Die Rose ist kalt, und diese Kälte hat eine nützliche Mischung in sich. Am frühen Morgen oder wenn der Tag schon angebrochen ist, nimm ein Rosenblatt, lege es auf deine Augen. Es zieht den Saft, das ist das Triefen, heraus und macht sie klar. Aber auch wer etwas Geschwüre an seinem Körper hat, lege Rosenblätter darauf und es zieht ihnen den Schleim heraus. Und wer jähzornig ist, der nehme die Rose und weniger Salbei und zerreiße es zu Pulver. Und in jener Stunde, wenn der Zorn ihm aufsteigt, halte er es an seine Nase.»

Ein bedeutendes Heilmittel vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert hinein war das Rosenöl, das die Grundlage für eine grosse Anzahl von Rezepten zur äusserlichen und innerlichen Anwendung war. Aus Rosenblüten und Olivenöl hergestellt, wurde Rosenöl zwar auch allein aufgetragen, bevorzugt aber zusammen mit Veilchenöl und anderen Pflanzen eingenommen. In dieser Zubereitung setzte man es vor allem bei Fieber ein, doch auch zur Wundbehandlung war es ein geschätztes Mittel.

In der Volksmedizin wurden die Hagebutten gegen Keuchhusten, Dysurie (Harnzwang) und Enteritiden (Darmentzündungen) genommen.

Rosenöl selber herstellen (Handbuch der Klosterheilkunde)

Wie man Rosenöl selbst herstellen kann, wird bereits von Odo Magdunensis im «Macer floridus» beschrieben. Er rät 30 g gereinigte Blütenblätter mit 330 ml Olivenöl zu mischen und in einem Gefäss gut verschlossen etwa eine Woche in die Sonne zu stellen.



www.aphotoflora.com



www.ce.jyu.fi



www.aphotoflora.com



<http://bioeco.it>



www.yattaro.it



www.rosesteubert.com



<http://3xoomer.virginia.it>



Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Die reiche Symbolik der Rose

Das symbolische Bedeutung der Rose

Die Rose steht für viele Geheimnisse. «Sub rosa dictum» (unter Rosen gesprochen) verpflichtete zur absoluten Vertraulichkeit. Papst Hadrian liess deshalb Beichtstühle mit Rosenschnitzereien verzieren. Die alten Ägypter weihten die Rose Harpokrates, dem Gott des Schweigens. Verbindet man jeweils die Spitzen der übernächsten Kelchblätter einer Rose miteinander, erhält man den Drudenfuss, das Pentagramm. Dieses uralte Zauberzeichen stand für das Geheimnisvolle. Die Rosenkreuzer, eine Geheimgesellschaft, führen die Rose als Symbol der Verschwiegenheit in ihrem Namen. Den Alchemisten galt sie als Blume der Weisheit.

Vor diesem Hintergrund wird verständlich, dass eine christliche Deutung der Rose nicht ausbleiben konnte. Dabei tat man sich anfangs schwer mit der Rose als Blume der Aphrodite, der Venus und der Freya. Über ein gefallenes Mädchen äusserte man sich mit dem Satz «Diese Rose ist zu früh gepflückt» und für das Gegenteil - eine alte Jungfer - galt der wohlmeinende Rat «Man muss die Rose auf dem Stiel nicht verwelken lassen». Freudenmädchen mussten als Kennzeichen in manchen Städten eine Rose tragen.

Zur Vermischung des alten heidnischen mit dem neuen christlichen Blumenkult klagte noch 440 n. Chr. Isidor: «Es sollte doch mehr Unterschied sein zwischen der Magna Mater der Heiden und unserer Magna Mater Maria.»

Dennoch setzte sich die Rose als Sinnbild von Reinheit und Sittlichkeit durch und wurde zur ständigen Begleiterin der Gottesmutter, wie es auf unzähligen Bildern dargestellt ist. Maria wurde zur «Rosa mystica». Die Rose ist das Zeichen der Vergebung durch Christus und sie steht für den Opfertod der Märtyrer. Spätestens als 1208 die Gebetsschnur des heiligen Dominikus den Namen Rosenkranz erhielt, war die Aufnahme der Rose in das Christentum perfekt.

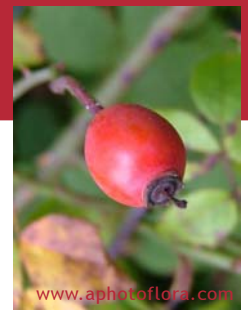
Goethe sagt von der Rose: «Sie ist das Vollkommenste, das die Erde in unserem Klima hervorgebracht hat.» In ihrer überbordenden Symbolik ist sie die beste Metapher für das Leben in allen seinen Facetten, an der kaum ein Dichter ohne wohlgesetzte Worte vorbeikam. Hier einige Leseproben:

- Ich sah des Sommers / letzte Rose stehn,
/ Sie war, als ob sie bluten könnte, rot;
Da sprach ich schauernd / im Vorübergehn:
/ So weit im Leben / ist zu nah der Tod.
Hebbel
- Mit Rosen, Zypressen und Flittergold /
Möcht ich verzieren, lieblich und hold,
dies Buch wie einen Totenschrein, / und
sargen meine Lieder ein. ...etc. Die
blauen Veilchen der Äugelein, / Die roten
Rosen der Wängelein, / Die weissen
Liljen der Händchen klein, die blühen
und blühen noch immer fort, / Und nur
das Herzchen ist verdorrt. Heine
- Weisse Rose in der Dämmerung / Traurig
lehnst du dein Gesicht / Übers Laub,
dem Tod ergeben, Atmest geisterhaftes
Licht, / Lässest bleiche Träume schweben.
Aber innig wie Gesang, / Weht im
letzten leisen Schimmer / Noch den
ganzen Abend lang / Dein geliebter Duft
durchs Zimmer. / Deine kleine Seele
wirbt / Ängstlich um das Namenlose, /
Und sie lächelt, und sie stirbt / Mir am
Herzen, Schwester Rose. Hesse
- Klage einer Nonne: Viel hundert
weisse Lilien / im Klostersgarten stehn;
die roten, roten Rosen / sind noch einmal
so schön. / Ach Reiter, junger Reiter,
/ behalt die Rosen dein; mir blühen bloss
die Lilien, / doch nicht die Röslein.
Löns
- Meine Liebe, wir haben uns gefunden
voller Durst, und wir haben / uns
getrunken, alles Wasser und das Blut, / wir
haben uns gefunden voll Hunger / und
haben uns gebissen, / wie das Feuer
beisst / Wunden hinterlassend. Aber
warte auf mich, / bewahre mir deine
Süsse. / Ich werde dir auch / eine Rose
geben. Neruda

Heutige Bedeutung der Rose

In ihrer Bedeutung als Symbolpflanze für die lichten und dunklen Seiten und Widersprüche des Lebens hat die Rose nichts an Wert verloren. Sie steht für Vollkommenheit, Schönheit, Anmut, Lebensfreude, die göttliche und die irdische Liebe, aber auch für Blut, Tod und Vergänglichkeit. Sie ist Sinnbild für die ewige Weisheit und das Geheimnis. Sie ist die Blume der Jungfrauen und Frauen, aber auch des Lasters und der Prostitution.

Die Rose hat viele Verehrer gefunden, die diese Pflanzen hegen, pflegen und neue Züchtungen kreieren.



Hundsrose / Hagebutte Rosa Canina

Inhaltsstoffe und Wirkung der Rosendrogen

Drogen

- **Hagebuttenschalen:** Rosae pseudo-fructus oder Cynosbati fructus sine semine (reife, geöffnete, von Früchten und Haaren befreite Scheinfrüchte verschiedener Arten der Gattung Rosa L.)
- **Hagebutten:** Rosae pseudo-fructus cum fructibus (reife Scheinfrüchte inkl. Früchte bzw. Nüsschen verschiedener Arten der Gattung Rosa L.)
- **Rosenblüten:** Rosae flos (vor dem völligen Aufblühen geerntete Kronblätter, meist von gefüllten Kulturrosensorten)
- **Rosenöl:** Rosae aetheroleum. Der Preis ist hoch und Verfälschungen (z.B. mit billigem Geraniumöl) deshalb häufig. Für 1 kg Rosenöl benötigt man 3,5 bis 4 Tonnen Rosenblüten, die in etwa 800 Arbeitsstunden geerntet werden.

Inhaltsstoffe

- **Hagebuttenschalen:** In den Hagebuttenschalen findet man viele Vitamine, in den frischen Scheinfrüchten vor allem sehr viel Vitamin C. Daneben enthalten die Früchte Pektine, Fruchtsäuren, Zu-

cker (Dextrose), Flavonoide, Carotinoide (siehe Kasten unten), Gerbstoffe, Kalk und in geringen Mengen ätherisches Öl.

- **Hagebuttenfrüchte (Nüsschen):** Die fälschlich als Samen bezeichneten Hagebuttenfrüchte enthalten fettes Öl, Spuren von Vanillin, Lecithin, Proteine (Eiweisse), Phospholipide (phosphorhaltige Lipide), ungesättigte Fettsäuren, ätherisches Öl, Kieselsäure, Beta-Carotin (siehe Kasten unten), aber kaum Vitamin C.
- **Rosenblüten:** Ein wichtiger Wirkstoff sind die Anthocyane, die auch für die Rotfärbung der Blätter verantwortlich sind. Wirksam ist ebenso das ätherische Öl, das Citronellol, Geraniol und Nerol enthält und einen leicht entzündungshemmenden Effekt hat. Ausserdem besitzt die Rose heilende Catechin-Gerbstoffe, die trocknend und zusammenziehen (adstringierend) wirken. Geruchsbestimmend ist der Phenylethylalkohol, v. a. die in Spuren enthaltenen Rosenketone wie Damascenon und Damascenon).

Carotinoide

Carotinoide werden den sekundären Pflanzenwirkstoffen zugerechnet. Zu den Carotinoiden zählen etwa Carotin (der orange Farbstoff der Möhre) oder das Tomatenrot. Insbesondere das hitzestabile Beta-Carotin ist von Bedeutung: Im Körper wird es zu Vitamin A umgewandelt.

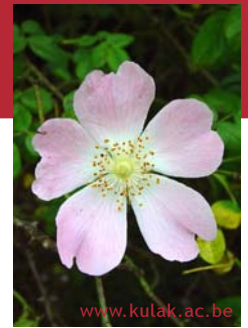
Carotinoide wirken als Antioxidantien: Sie hemmen oder verzögern natürliche Oxidationsprozesse. Bei Lebensmitteln sind das etwa der Abbau von Vitaminen, Aromastoffen und Farbstoffen, das Ranzigwerden von Fett oder die braune Färbung frisch geschnittener Äpfel oder Kartoffeln. Derartige Oxidationen werden durch Sauerstoff oder «freie Radikale» ausgelöst, reaktionsfreudige Verbindungen, die durch das Einwirken der UV-Strahlen des Sonnenlichts entstehen. Inzwischen gibt es Hinweise dafür, dass freie Radikale an der Bildung bestimmter Krebsarten und anderer Erkrankungen beteiligt sind. Einige Antioxidantien, etwa die Vitamine A, C, E und eine Reihe von sekundären Pflanzenstoffen können freie Radikale abfangen. Daher wird ihnen eine schützende Wirkung gegen Krebserkrankungen zugesprochen.

Vitamin C (Ascorbinsäure)

Ascorbinsäure ist der chemische Name von Vitamin C, einem wasserlöslichen, leicht oxidierbaren Vitamin. Vitamin C ist ein Radikalfänger und hat eine antioxidative Wirkung. Es spielt eine wichtige Rolle beim Aufbau von Aminosäuren und findet als Antioxidans auch in der Lebensmittelherstellung Verwendung.

In der Nahrung kommt Vitamin C vor allem in Obst, Gemüse und Grüntee vor. Zum Vergleich nachfolgend einige Früchte und Gemüse und deren Vitamin-C-Gehalt in Milligramm pro 100 Gramm:

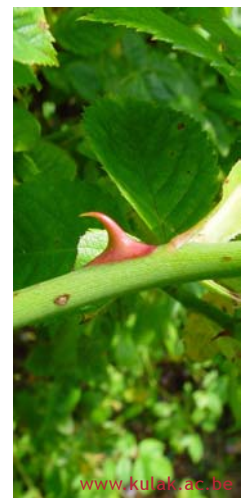
- | | |
|--|---------------------|
| • Camu-Camu: | 2000 |
| • Acerolakirsche: | 1300 bis 1700 |
| • Hagebutte: | 500 bis 3000 |
| • Guave: | 300 |
| • Sanddornbeere: | 200 bis 800 |
| • Schwarze Johannisbeere: | 190 |
| • Paprika, Ebereschefrucht: | 100 |
| • Grünkohl, Rosenkohl: | 90 bis 150 |
| • Kiwi: | 80 |
| • Erdbeere, Spinat: | 50 bis 90 |
| • Orange, Zitrone: | 50 bis 53 |
| • Heidelbeere, Ananas: | 20 bis 22 |
| • Apfel, Avocado, Birne, Banane, Pfirsich: | 10 bis 13 |



www.kulak.ac.be



www.kawl.ch



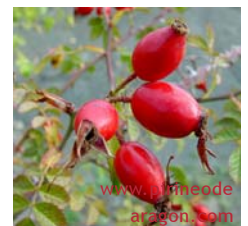
www.kulak.ac.be



<http://linnaeus.nrm.se>



www.kulak.ac.be



www.pflanzende-aragon.com



<http://linnaeus.nrm.se>

Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Inhaltsstoffe und Wirkung der Rosendrogen

Wirkung und Anwendungsgebiete

Hagebuttenschalen haben eine leicht harntreibende und abführende Wirkung. Die Scheinfrüchte sind wegen ihres angenehmen süß-säuerlichen Geschmacks häufig in Hausteas oder als geschmacksverbessernder Anteil in Arzneiteemischungen enthalten. Sie werden oft zusammen mit Hibiscusblüten angeboten. In Extrakten und auch in der Marmelade (Hegenmus) bleiben die Vitamine besser erhalten und sind in der Volksheilkunde zur Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten und grippalen Infekten beliebt. Sie festigen die Gefäße, z. B. bei Venenleiden, helfen bei Zahnfleischbluten und Parodontose und verbessern die Sauerstoffversorgung der Körperzellen. Hagebutten sind somit ein ausgezeichneter Schutz vor freien Radikalen.

Das fette Öl der **Früchte** hat einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren und Vitamin A. Es soll einen positiven Einfluss auf Narben- und Faltenrückbildung, insbesondere in Aknenarben, haben. Gelegentlich werde die Früchte als Kernlestees bei Blasen- und Nierenleiden, auch bei Steinleiden eingesetzt. Sie passieren den Magen-Darm-Trakt unversehrt.

Die ganzen **Hagebutten** werden neuerdings von einem Pharmakonzern als Pulver (Litozin) angeboten. In zwei plazebo-kontrollierten, doppelblinden Studien der Uniklinik Freiburg wurde festgestellt, dass das Hagebuttenpulver ein wirksames pflanzliches Therapeutikum für Patienten mit Gelenkarthrose ist:

- Eine signifikante Schmerzreduktion und Symptomlinderung konnte dokumentiert werden.
- Hagebuttenpulver hemmt Botenstoffe der Entzündung an verschiedenen Stellen innerhalb des Entzündungsprozesses.
- Die längerfristige Einnahme von Hagebuttenpulver reduziert den Konsum an klassischen Schmerzmitteln (NSAR oder andere Analgetika).

Eine Dosis von 5 g Hagebutten-Pulver pro Tag bewirkte nach bereits drei Wochen eine deutliche Schmerzlinderung bei Hüft-, Knie- und Handgelenksarthrose. Die anti-inflammatorische Wirkung beruht unter anderem auf der Hemmung der Chemotaxis (Beweglichkeit) der weissen Blutzellen. Einer Gruppe von dänischen Forschern ist es kürzlich gelungen, den

aktiven, entzündungshemmenden Wirkstoff der Hagebutte zu identifizieren: Es handelt sich um ein Galaktolipid, ein Molekül, das aus einem Zuckeranteil und Fettsäuren zusammengesetzt ist. In einer weiteren Analyse gelang es, den Beweis zu erbringen, dass nicht nur der erhöhte Entzündungsparameter CRP gesenkt wird, sondern auch das «schlechte» LDL-Cholesterin, das sich in den Gefäßen ablagert und zur Arteriosklerose führt. Es bleibt noch zu klären, ob durch das Hagebuttenpulver ein wirksamer Gefäßschutz erzielt werden kann, und ob ein erhöhter Blutdruck unter einer Hagebuttenbehandlung sinkt.

Die **Rosenblütenblätter** verwendete man früher auf Grund des Gerbstoffgehaltes gegen Durchfall, als Gurgelmittel, aber auch bei Erkältungskrankheiten. Äusserlich verwendete man sie bei Schmerzen, leichten Wunden und für Bäder bei schlecht heilenden Wunden. Heute sind die Blüten hauptsächlich als Schmuckdroge und zur Geschmacksverbesserung in Teemischungen enthalten.

Rosenöl hat eine entzündungshemmende und bakterizide Wirkung. Es ist vor allem als Geruchsverstärker und Geschmackskorrigens in der Parfüm- und Kosmetikindustrie in Gebrauch. Aber auch zur Kühlung (etwa bei Fieber), bei leichten Verletzungen und zur Hautpflege ist Rosenöl ein tolles, wenn auch teures Mittel.

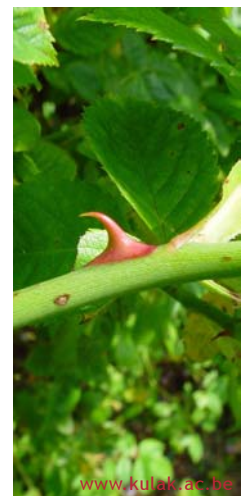
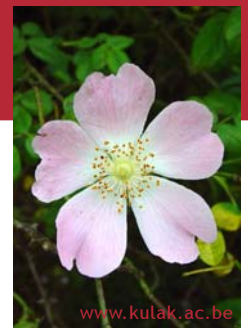
Gegenanzeigen und Nebenwirkungen von Hagebutten oder Rosenblüten sind nicht bekannt.

Hagebutten kochen

Für einen Hagebutten-Tee sollten die Hagebutten-Früchte und -Scheinfrüchte nicht nur mit heissem Wasser übergossen, sondern kurz (2 Minuten) aufgeköchelt werden. Nachher den Tee mindestens 10 Minuten ziehen lassen.

Ob das Kochen Vitamin C zerstört, konnte ich nicht abschliessend klären. Manche Quellen erwähnen, dass das Erhitzen dem Vitamin C nicht schade, andere warnen ausdrücklich vor dem Erhitzen.

Manche Quellen erwähnen, dass das Kochen einer Marmelade das Vitamin C konserviere, andere weisen darauf hin, dass das Kochen eines Tees das Vitamin jedoch zerstöre . . .



Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Medizinische Anwendung der Hundsrose

Erkältungskrankheiten

Es gibt kaum Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen, denen man so erfolgreich vorbeugen kann wie den Erkältungskrankheiten, der «Grippe», wie der Laie sagt (gemeint sind hier die grippalen Infekte, nicht aber die Influenza, die echte Virusgrippe).

Von Infektanfälligkeit spricht man erst, wenn jemand mehr als sechs Erkältungen im Jahr hat. Fast jeder ist aber ein- bis zweimal pro Jahr erkältet. Wir haben uns schon so sehr daran gewöhnt, in der kalten Jahreszeit einen Schnupfen, einen rauen Hals oder einen Husten zu bekommen, dass wir diese Infekte für unabwendbar und harmlos halten und uns keine besondere Mühe geben, uns davor zu schützen. Wenn wir unsere Abwehrkräfte stärken, wird es den Krankheitserregern (meist sind es Viren) schwer gemacht, sich einzunisten.

Unsere Abwehrkräfte stärken wir durch Abhärtung, z. B. indem wir dafür sorgen, dass Wohn- und Arbeitsräume nicht überheizt und häufig gelüftet werden. Der Ernährung kommt ebenfalls grosse Bedeutung zu: Gemüse, Salate und viel Obst sollten den Speiseplan beherrschen. Auch regelmässige Sauna-Besuche stärken die Abwehrkräfte. Wenn wir es dann noch umgehen können, bereits infizierten Menschen die Hand zu schütteln, wenn wir beim Händewaschen Gemeinschaftshandtücher meiden, können wir in den meisten Fällen eine Ansteckung verhindern. Wer darüber hinaus für ausreichenden Schlaf sorgt und keine Anstrengungen besonde-

rer Art unternimmt, unterstützt sein Immunsystem bei der Infektabwehr. Wichtig ist auch, sich gut anzuziehen und darauf zu achten, dass die Füsse immer warm und trocken sind. Wenn wir ausserdem einen aktivierenden und stabilisierenden Kräuter-Tee zum Haustee erheben, sind wir gut geschützt und können dem feuchten, kalten Winterwetter ruhig entgegensehen.

Die Zahl der Heilpflanzen, die bei Erkältungskrankheiten wirksam sind, ist sehr gross: Eibischwurzeln, Fenchel Früchte, Holunderblüten, Isländisches Moos, Lindenblüten, Primelwurzeln (Schlüsselblume), Salbeiblätter, Wollblumenblüten, Melissenblätter und Kamillenblüten reichen in den meisten Fällen aus, um allen Erkältungssymptomen zu begegnen.

Häufig empfiehlt sich vorbeugend oder begleitend die Gabe von resistenzsteigernden, Vitamin-C-haltigen Heilpflanzen wie Hagebutten, schwarzen Johannisbeeren oder Sanddornbeeren. Vitamin C stärkt die körpereigenen Abwehrzellen, unterstützt das Immunsystem und beugt Infektionen vor. Alle drei Früchte wirken am besten, wenn sie frisch eingenommen werden, zu empfehlen sind etwa Frischpflanzensäfte oder Elixiere.

Tee-Mischung bei leichter Bronchitis (Apotheker Manfred Pahlow)

35 g Hagebutten (mit Kernen), 20 g Himbeerblätter, 20 g Brombeerblätter, 20 g Melissenblätter, 20 g Kamillenblüten, 10 g Wollblumenblüten, 10 g Spitzwegerichblätter, 5 g Holunderblüten, 5 g Lindenblüten und 5 g Thymiankraut mischen. 4 gehäufte Esslöffel der Mischung mit 1 Liter siedendem Wasser übergiessen. 10 Minuten lang ausziehen, danach abseihen. Den Tee nicht süssen, in Thermoskanne aufbewahren und jede Stunde eine kleine Tasse sehr warm und schluckweise trinken.

Gurgellösung (Handbuch der Klosterheilkunde)

Die Anwendung von Rosenblütenblättern bei leichten Schleimhautentzündungen im Mund und Rachenraum ist wissenschaftlich anerkannt.

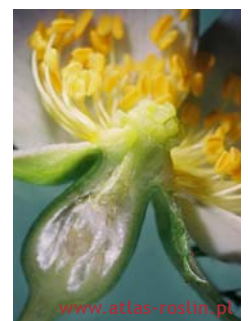
1 Teelöffel Rosenblütenblätter mit 1 Tasse heissem Wasser übergiessen, zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Mehrmals täglich gurgeln oder spülen.

Tee bei körperlicher Schwäche (Eva Aschenbrenner)

Zwei bis vier gestrichene Esslöffel Hagebutten auf einen Liter Wasser geben und kurz aufkochen. Dann Melissenblätter und getrocknete Apfelschalen dazu geben und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen und abseihen.

Teemischung zur Vorbeugung (Apotheker Manfred Pahlow)

20 g Holunderblüten, 20 Hagebutten-Schalen, 20 g Melissenblätter und 40 g Himbeerblätter. 3 Esslöffel der Mischung mit 1 Liter siedendem Wasser übergiessen. 5 Minuten lang ausziehen, danach abseihen.



Hundsrose / Hagebutte Rosa Canina

Medizinische Anwendung der Hundsrose

Nierensteine, Harngrüss

Bei manchen Menschen entstehen Kristalle im Bereich der Nierenbecken oder auch in der Harnblase. Harnsteine (ein Sammelbegriff für die Steine in der Niere, im Harnleiter oder in der Blase) entstehen immer dann, wenn Salze aus dem Harn auskristallisieren und sich zu festen Gebilden (Konkrementen) zusammenballen. Sie werden beim Wasserlassen im Allgemeinen als Nierengrüss ausgeschieden. Sind jedoch grössere Kristalle vorhanden, spricht man von Nierensteinen. Diese können leicht im Harnleiter, in der Blase oder der Harnröhre stecken bleiben. Der Harnleiter reagiert auf solch einen fest sitzenden Fremdkörper mit einer sehr schmerzhaften Nierenkolik, die sich mit Entzündung und Krämpfen äussert.

Lebensgefährlich sind solche Entzündungen nicht, aber so schmerzhaft, dass der Arzt oft starke Schmerzmittel spritzt. Die Schmerzen gehen meist von der Nierengegend aus und strahlen in den Bauchraum, ja sogar in die Oberschenkel aus.

Die Ursachen für die Steinbildung sind vielfältig. Nierensteine können beispielsweise durch eiweissreiche Nahrung, durch Harnwegsinfekte oder Nierenerkrankungen begünstigt werden. Auch wer zu wenig trinkt und den Harn dadurch eindickt, läuft Gefahr, Nierensteine zu entwickeln.

Wenn man starke Schmerzen im Bereich der Lenden verspürt oder Eiter bzw. Blut im Urin bemerkt, sollte man den Arzt aufsuchen. Ein stecken gebliebener Nierenstein wird mit der so genannten Schlinge herausgenommen oder operativ entfernt, seit einiger Zeit auch durch Zer-

trümmerung mit einem leistungsstarken Ultraschallgerät.

Der Naturheilkunde kommt bei Nierensteinen hauptsächlich eine prophylaktische Rolle zu:

- **Vorbeugung:** Damit Nieren- und Blasensteine gar nicht erst entstehen, ist es wichtig, dass ständig ein relativ «dünnere» Urin produziert wird. Um einen hellen Urin mit wenig Mineralstoffen und Harnstoff zu bekommen, sollte man viel Flüssigkeit (mindestens 2,5 Liter über den Tag verteilt) aufnehmen. Man kann das spezifische Gewicht des Urins mit einer in der Apotheke erhältlichen Spindel selber bestimmen. Der am höchsten konzentrierte Morgenurin, der von den Nieren in der Nacht bereitet wird, sollte immer unter 1,012 g/ml liegen.
- **Gesunde Lebensweise:** Da der Körper Eiweiss zu Harnstoff abbaut, empfiehlt es sich, auf eiweissarme Nahrung umzustellen (maximal 150 g Fleisch und Wurst pro Tag) und möglichst viel Obst und Gemüse zu essen. Kochsalz sollten Betroffene sparsam einsetzen. Aus diesem Grund sind frische Gemüse oder auch ungewürzte Tiefkühlgemüse den (gesalzenen) Fertiggerichten und Konserven vorzuziehen. Kaffee und Alkohol ist nicht anzuraten. Wichtig ist es auch, Übergewicht langfristig abzubauen und für ausreichend Bewegung zu sorgen.
- **Wärmetherapie:** Heisse Bäder und wärmende Auflagen regen die lokale Durchblutung an, was reflektorisch krampf lösend wirkt, so dass ein spontaner Abgang des Nierensteins erleichtert wird.
- **Heilpflanzen:** Die Klosterheilkunde empfiehlt als Durchspülmittel (Aquaretika) unter anderem Birke, Brennessel, Ackerschachtelhalm, Goldrute, Spargel, Liebstöckelkraut, Löwenzahn und Hagebutten.

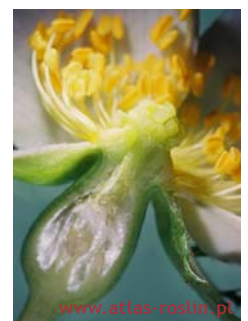
Teemischung zur Nierendurchspülung (Handbuch der Klosterheilkunde)

Die folgende Teemischung regt die Nieren an, wirkt durchspülend und spült den Harngrüss aus. Die Trinkkur sollte man vor der Anwendung mit dem Hausarzt absprechen.

30 g Brennesselblätter, 30 g Ackerschachtelhalmkraut, 20 g Löwenzahnwurzel, 10 g Goldrutenkraut, 5 g Birkenblätter und 5 g Hagebutten (mit Nüsschen) mischen. 2 Teelöffel der Teemischung mit $\frac{1}{4}$ Liter kochendem Wasser übergiessen, 15 Minuten ziehen lassen und abseihen. 6 Wochen lang täglich eine Tasse trinken.

Tee zur Vorbeugung der Steinbildung (Apotheker Manfred Pahlow)

20 g Hagebutten (mit Kernen), 20 g Löwenzahnwurzeln und -kraut, 20 g Birkenblätter, 20 g Brennesselblätter, 20 g Kamillenblüten mischen. 3 Esslöffel der Mischung mit 1 Liter siedendem Wasser übergiessen. 5 bis 10 Minuten lang ausziehen, danach abseihen. Zwischen den Mahlzeiten mehrmals täglich 1 Tasse Tee trinken (insgesamt 2 Liter pro Tag).



Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Medizinische Anwendung der Hundsrose

Arthrose

Der zweithäufigste Grund, weshalb Menschen in Europa den Arzt aufsuchen, sind arthrotisch bedingte Schmerzen. Dieses Leiden geht oft und vor allem in akuten Phasen mit schmerzhaften Entzündungen einher. Ursache für die Schmerzen ist eine Zerstörung des Gelenknorpels. Für die Betroffenen bedeutet die Arthrose eine schmerzhafte Krankheit, die sie bei fast allem beeinträchtigt. Die Schmerzen begleiten sie Tag und Nacht, die Bewegungsfreiheit ist eingeschränkt. Bei ihrer Suche nach Linderung greifen viele Patienten zu Medikamenten, unterziehen sich langwierigen Physiotherapien oder lassen sich operieren. Und doch bringen ihnen diese Behandlungen oft nur eine kurzfristige Linderung. Vor allem schreitet die Zerstörung des Knorpels unaufhaltsam fort.

In Dänemark litt der Bauer Erik Hansen unter unerträglichen Arthrosebeschwerden. Er hatte schon viele Ärzte kontaktiert, doch brachten ihm die vorgeschlagenen Therapien wenig Linderung. Von einer Bekannten erhielt er eine Hagebuttenmarmelade als traditionelles Hausmittel. Zu seiner Überraschung stellte der Bauer tatsächlich eine Besserung seiner Beschwerden fest. Anfang der 1990er-Jahre pflückte Erik Hansen die wilden Hagebutten, die an den Stränden Dänemarks wachsen, um zu untersuchen, ob ein Pulver aus den Früchten dieser speziellen Hagebutte ebenfalls schmerzlindernd wirkt. Er trocknete die Früchte sorgfältig und verarbeitete sie zu einem Pulver. Durch die eigenen positiven Erfahrungen bestärkt, begann er, sein Hagebuttenpulver Nachbarn und Freunden zu schenken und diese berichteten ihm bald von der schmerzlindernden Wirkung. Daraufhin beschloss er, sein Pulver zu verkaufen. Heute weiss man, dass Erik Hansen durch die sorgfältige Trocknung der Früchte den Wirkstoff der Hagebutte schonte. Dadurch konnte er eine viel bessere Wirkung erzielen als mit der Marmelade.

Als der Sohn von Erik Hansen Bauernhof und Hagebuttenproduktion übernahm, wollte er wissen, ob an der Wirkung des Hagebuttenpulvers wirklich etwas dran war. Er nahm Kontakt zu Ärzten auf und gewann sie für eine Studie. Laborversuche belegten bald einen antientzündlichen und antioxidativen Effekt des Hagebuttenpulvers.

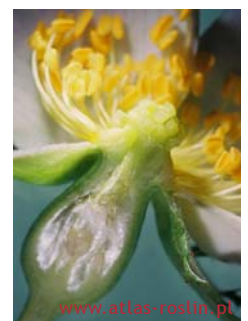
Kurz zusammengefasst lässt sich die Wirkung von Hagebuttenpulver auf folgende Weise charakterisieren:

- Weiße Blutkörperchen (Leukozyten) sind am entzündlichen Prozess in den Gelenken beteiligt. Hagebuttenpulver verhindert, dass die Leukozyten in das Entzündungsgebiet einwandern und das Knorpelgewebe weiter schädigen.
- Das Knorpelgewebe wird aber auch durch die Bildung von freien Radikalen im Entzündungsprozess geschädigt. Hagebuttenpulver verhindert, dass freie Radikale gebildet werden.
- Hagebuttenpulver schwächt daher die Entzündungsreaktion in den Gelenken ab oder unterdrückt sie sogar ganz. Dadurch werden die Schädigung und die Zerstörung des Knorpels gestoppt und sowohl die Schmerzen gelindert, als auch die Beweglichkeit verbessert.

Die 112 untersuchten Patienten mit Arthrose an Hüfte, Knie, Halswirbel oder Handgelenken wurden während drei Monaten beobachtet. Die Hälfte von ihnen erhielt zweimal täglich 2,5 g Hagebuttenpulver, die andere Hälfte wurde mit einem Placebo (Medikament ohne Wirkstoff) behandelt. Nach drei Monaten wurden die Therapien getauscht und die Patienten weitere drei Monate behandelt (Crossover Design).

Es zeigte sich, dass die mit dem Hagebuttenpulver behandelten Patienten weniger Schmerzen hatten und dass die Morgensteifigkeit stark gelindert wurde. Der Konsum an synthetischen Schmerzmitteln verminderte sich um rund die Hälfte. Ausserdem konnten die mit Hagebuttenpulver behandelten Patienten wieder besser schlafen.

Die von Bauer Erik Hansen gefundene Hagebutte ist eine Unterart der wilden Rose. Für das Hagebuttenpulver «Litozin» wird die Rosa canina in Dänemark und Schweden auf einer Fläche von über 130 Hektaren nach ökologischen Gesichtspunkten angebaut, ohne Verwendung von Pestiziden und Dünger. Kerne und Fruchtfleisch werden sorgfältig von den stark reizenden Haaren getrennt. Die Früchte werden gefriergetrocknet und zu einem standardisierten Pulver verarbeitet. Der anschließende Trocknungsprozess findet bei maximal 40°C statt, dies verhindert, dass der Wirkstoff in der Hagebutte während des Trocknungsprozesses zerstört wird.



Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina

Hagebutten in der Veterinär-Medizin

Wirkung von Hagebutten bei Tieren

Wegen ihres hohen Gehalts an biologischen Aktivstoffen mit unterschiedlichem pharmakologischem Effekt haben Hagebutten komplexe Wirkung: Sie sind anti-hämorrhagisch (blutungshemmend), adstringierend (zusammenziehend), galle- und harntreibend und ausserdem ein wertvoller Vitaminspender.

Der hohe Vitamin-C-Gehalt ist für die blutstillende Wirkung verantwortlich. Da Vitamin C die Blutgefässe abdichtet und ihre Brüchigkeit vermindert, hat die Droge günstigen Einfluss bei hämorrhagischer Diathese (Neigung zu Blutungen) wie auch bei Erkrankungen und Vergiftungen, die eine ähnliche Behandlung erfordern. In dieser Richtung wird die Wirkung des Vitamin C von den Flavonoiden unterstützt.

Grosse Bedeutung kommt dem Vitamin K zu, das die Wiederherstellung der normalen Blutgerinnung beschleunigt.

Dank den Vitaminen C und P schränken Hagebutten die Durchlässigkeit für Entzündungsprodukte und toxisch wirkende Stoffe ein. Dadurch wird die Resistenz des Organismus gegen Infektionskrankheiten erhöht. Hinzu kommen der Effekt der Gerbstoffe (Tannine) und die hautbildende Wirkung von Vitamin A.

Bei Atheromatose (degenerative Veränderungen der Arterien) senken Vitamin C und einige Flavonoide auch den Cholesterinspiegel im Blut, wodurch die Ablagerung in den Blutgefässen verringert und verzögert wird.

Als Vitaminspender sind Hagebutten zur allgemeinen Kräftigung des Organismus bei längerer Krankheit und in der Rekonvaleszenzperiode von Bedeutung.

Verabreichung von Hagebutten an Tiere

Pferde und Nagetiere fressen die ganzen Hagebutten sehr gerne - seien es die frischen Früchte oder die getrockneten Schalen und/oder Nüsschen.

Für Hunde empfiehlt es sich, die getrockneten Früchte zu mahlen und das (geruchlose) Pulver unters Futter zu mischen.

Für alle Tiere eignet sich die Verabreichung von Hagebuttentee oder Hagebuttenmark mit dem Futter.

Bei Cholezystitis (Gallenblasenentzündung) und Hepatitis wird die galle-treibende Wirkung der Inhaltsstoffe genutzt.

Bekannt ist auch die diuretische (entwässernde) Wirkung der Hagebutten bei Flüssigkeitstauungen im Organismus. Die Droge wird gegen Harnsteine empfohlen. Als Diuretikum können Hagebutten mit anderen Heilpflanzen mit harntreibender Wirkung (z. B. Brennessel- oder Petersilienwurzeln) kombiniert werden.

Anwendung bei Tieren

In der Veterinärmedizin werden Hagebutten als blutstillendes Mittel, als entzündungswidriges und stopfendes Mittel bei Durchfall und Gastroenteritis, als Kräftigungsmittel während der Rekonvaleszenz und als Vitaminspender und Diuretikum bei Flüssigkeitsstauungen sowie bei Nierensteinen angewendet.

Zum innerlichen Gebrauch nimmt man Hagebuttenmehl oder bereitet aus 2 Suppenlöffeln Hagebuttenschalen und 400 ml Wasser einen Aufguss bzw. eine Abkochung. Die Proportion ist von den Indikationen abhängig. Es wird empfohlen, die Droge dem kochenden Wasser zuzusetzen und an kühler Stelle stehenzulassen, damit die Wirkstoffe allmählich ausgezogen werden. Der Aufguss oder die Abkochung ist kurz vor Gebrauch zuzubereiten, da Vitamin C labil ist.

Dosierung bei Tieren

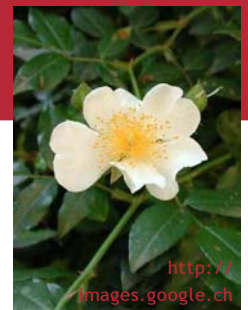
Hunde erhalten von dem Aufguss oder der Abkochung 2- bis 3-mal täglich 1 Teelöffel voll. Vom Pulver können je nach Grösse bis 5 g verfüttert werden.

Pferden füttere ich 20 bis 30 g Hagebutten-Nüsschen pro Tag.

Entzündungshemmende Wirkung bei Gelenkproblemen

Pferde und Hunde mit entzündlichen Gelenkerkrankungen oder Arthrose sprechen nach meiner Erfahrung sehr gut auf Hagebutten an.

Die schmerzlindernde Wirkung scheint vor allem in den Hagebutten-Nüsschen zu stecken. Die harten Nüsschen werden von Pferden problemlos gefressen, für Hunde müssen sie gemahlen werden.



Hundsrose / Hagebutte Rosa Canina

Rosenblüten-Rezepte

Bereits in osmanischer Zeit war Rosenwasser ein beliebter Aromastoff in der Palastküche. Sirupgetränktes Gebäck oder Milchpuddings erhielten durch das Rosenwasser eine besonders feine, kostbare Note. Noch heute gehören mit Rosenaroma versehene Süßspeisen zu den beliebtesten Leckereien des «Morgenlan-

des». Ob mit Rosen parfümierter türkischer Honig (Lokum) oder aus Rosenblättern hergestellte Marmelade - gerade bei Hochzeiten, Beschneidungen oder Geburtstagen lieben die Orientalen kulinarische Prachtentfaltung und Üppigkeit. Welche andere Blume könnte dies besser ermöglichen als die Rose?



Erdbeergelée mit Rosenwasser

(<http://rezepte-kochrezepte.com/Detailed/1030.html>)

Zutaten für 4 Gläser:

- 1 kg Erdbeeren
- 500 g Extra-Gelierzucker
- 3 EL Rosenwasser*
- 1 EL Zitronensaft

Aus den geputzten, zerkleinerten Erdbeeren und 200 ml Wasser Fruchtsaft zubereiten und abkühlen lassen.

750 ml Fruchtsaft, Gelierzucker, Rosenwasser und Zitronensaft in einem weiten, hohen Topf verrühren und langsam aufkochen lassen. Wenn das Gelée sprudelnd kocht, mindestens 3 Minuten unter Rühren sprudelnd weiterkochen.

Das Gelee sofort randvoll in saubere Schraubgläser füllen, fest verschliessen und 5 Minuten kopfüber auf den Deckel stellen.

* Das Rosenwasser, das nach der Dampfdestillation bei der Rosenölgewinnung zurückbleibt (auch als «Rosen-Hydrolat» bezeichnet) gibt es in der Apotheken, Reformhäusern, bei türkischen oder griechischen Läden zu erschwinglichem Preis zu kaufen.

Wer Rosenwasser für die Küche benötigt, sollte diese Tatsache aber erwähnen, damit man keine Rosenessenz bekommt, welche nur für die Kosmetik bestimmt ist.

Ersatzweise kann man selbst Rosenwasser herstellen (<http://www.garten-literatur.de/Pflanzen/Rezepte/rosenwasser.htm>): 250 ml destilliertes Wasser in einem Topf erwärmen und über 100 g frische Rosenblätter giessen. Anschliessend mindestens 3 Tage an einem warmen Ort ziehen lassen. Danach das Wasser durch einen Filter in ein Fläschen oder Ähnliches geben und dabei die Rosenblätter gut auspressen.

Kühl aufbewahren und rasch aufbrauchen!



Ras El Hanout (nordafrikanische Gewürzmischung)

(Das grosse Buch der Hundert Gewürze und Kräuter)

In der nordafrikanischen Küche ist das marrokanische Ras El Hanout unverzichtbar. Zusammengesetzt aus nicht weniger als 26 individuellen Gewürzen dürfte es sich hier um eine der komplexesten Gewürzmischungen handeln. Im Jahre 1958 hat die Französin Madame Guineadeau im Buch «Fès vu par sa cuisine» eine Liste erstellt, die sowohl exotische wie auch giftige Substanzen wie Belladonna oder gar aphrodisierende Zutaten wie Spanische Fliege enthielt. Heute wird meist die deutlich reduzierte Version aus Tunesien verkauft, die mindestens aus einer Kombination von Zimt, Gewürznelken, Kubebenpfeffer, Rosenknospen und schwarzem Pfeffer besteht.

Nebenstehend ein Rezept mit 19 Gewürzen. Die Mischung wird übrigens erst kurz vor dem Gebrauch gemahlen. Dazu eignet sich eine Gewürzmühle oder ein Mörser.

- 1 EL Kubebenpfefferkörner
- 1 EL Lavendelblüten
- 1 EL schwarze Pfefferkörner
- 12 ganze Macis (Muskatblüten)
- 12 Zimtstangen, ca. 10 cm lang
- 2 EL getrocknete Ingwerwurzel
- 2 getrocknete Galgantwurzeln
- 2 getrocknete Veilchenwurzeln
- 2 TL Anissamen
- 3 Lorbeerblätter
- 20 getrocknete Rosenknospen
- 25 grüne Kardamomkapseln
- 3 getrocknete Chilischoten
- 30 Pimentkörner
- 4 ganze Muskatnüsse, mit dem Hammer grob zertrümmert
- 8 Gewürznelken
- 8 schwarze Kardamomkapseln
- 8 Wurzelstückchen Kurkuma



Hundsrose / Hagebutte Rosa Canina

Rosenblüten-Rezepte

Kandierte Wildrosen-Blüten

(Wildfrüchte und Wildkräuter erkennen, sammeln, zubereiten)

Zutaten: Zucker und Wasser zu einer Zuckerlösung kochen. Lösung abkühlen lassen, bis sie nur noch lauwarm ist. Mit Hilfe einer Pinzette vorsichtig die Blütenblätter in die Lösung tauchen, abtropfen lassen und auf Alufolie legen. Am nächsten Tag Blütenblätter umwenden, auf ein sauberes Stück Alufolie legen und mindestens einen weiteren Tag trocknen lassen.

125 g Zucker
50 ml Wasser

Blütenblätter duftender Wildrosen

Tipp: Auch Blüten von Gänseblümchen, Märzveilchen, Schlüsselblume oder Wilder Malve können so kandiert werden.



Rosenblüten-Pudding

(Wildfrüchte und Wildkräuter erkennen, sammeln, zubereiten)

Zutaten für 2 Personen: Rosenblütenblätter einige Stunden in der Milch ziehen lassen. Abseihen. Speisestärke in etwas Milch anrühren. Zucker in der übrigen Milch auflösen und diese zum Kochen bringen. Milch-Stärke-Mischung hineinrühren, aufkochen. Pudding in eine Form füllen, die zuvor mit kaltem Wasser ausgespült wurde, und einige Stunden im Kühlschrank fest werden lassen. Stürzen und mit den kandierten Rosenblütenblättern garnieren.

1/2 l Milch
3 Handvoll Blütenblätter duftender Wildrosen
35 g Speisestärke (oder 1 Päckchen Puddingpulver mit Sahnegeschmack)
2 EL Zucker
kandierte Rosenblütenblätter (siehe oben)

Tipp: Auch Blüten von Märzveilchen, Schlüsselblume oder Schwarzem Holunder können zur Aromatisierung verwendet werden.

Rosenblüten-Gelée mit Jasmin und Akazienblüten

(<http://www.fh-weihenstephan.de/fgw/wissenspool/infos/kurzinfo.php?id=117>)

Zutaten: Rosenblätter mit einer Handvoll Jasmin und Akazienblüten mischen, mit Wasser übergießen, zum Kochen bringen, kurz aufkochen, abseihen. Den Saft der Zitrone, die eingeweichte Gelatine und den Zucker zufügen und auflösen lassen.

8 bis 10 Blüten einer gut duftenden Strauchrose (ergibt etwa 1 l Rosenblätter)
1 l Wasser
Rote Blattgelatine für 1 l Flüssigkeit
300 g Zucker
1 Zitrone

In kleine Portionsschälchen füllen.

Potpourri mit Rosenblüten

(<http://www.onlinekunst.de/rosengarten/Potpourri.htm>)

Mischung aus zart duftenden Rosenblättern mit Kräutern und Gewürzen, um üble Gerüche zu vertreiben. Die Rosenblütenblätter haben einen besonders warmen und langanhaltenden Duft und bilden den Hauptbestandteil des Potpourris.

Zutaten:

1 l duftende Rosenblütenblätter
250 ml Zitronenstrauchblätter
grobes Salz
je 2 EL gemahlener Zimt, gemahlene Gewürznelken, brauner Zucker und Veilchenwurzelpulver
je 4 Tr. Rosen- und Zitronenöl

Rosenblüten- und Zitronenstrauchblätter schichtweise mit Salz in einen irdenen Topf geben. Diese Mischung zwei Wochen ziehen lassen und täglich umrühren.

Nach diesen zwei Wochen die restlichen Zutaten (Gewürze und Öle) mit der Mischung verrühren und in ein geschlossenes Gefäß geben. 2 Monate so ruhen lassen. Danach in kleine Portionsgläschen füllen. Somit ist das Potpourri fertig und wird in schönen Schalen seinen Duft in der Wohnung verbreiten.

Hundsrose / Hagebutte

Rosa Canina



Hagebutten-Rezepte

Hagebutten-Likör

(Wildfrüchte und Wildkräuter erkennen, sammeln, zubereiten)

Zutaten: Die gewaschenen, von Haaren und Nüsschen befreiten Hagebutten in ein Einmachglas geben, Vanillestange der Länge nach halbieren und zugeben, mit Korn übergießen und Glas fest verschliessen. An warmem Ort 4 Wochen stehen lassen. Filtern. Zucker in Wasser auflösen und die Lösung 10 Minuten kochen lassen. Nach dem Erkalten sorgfältig mit dem Hagebutten-schnaps vermischen. In Flaschen füllen, fest verschliessen und mindestens 6 Wochen ruhen lassen.

400 g Hagebutten
1 Vanillestange
1 Flasche Korn

125 g Zucker
1/4 l Wasser



Hagebutten-Mus

(Wildfrüchte und Wildkräuter erkennen, sammeln, zubereiten)

Zutaten: Hagebutten waschen und von Stiel und Ansatz befreien. Der Länge nach halbieren, Nüsschen («Kerne») entfernen. Fruchtschalen in einen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken, über Nacht zugedeckt stehen lassen. Am nächsten Tag weich kochen. Masse durch ein Sieb streichen, nach Belieben mit Honig oder Zucker süssen und nochmals bis zur Gelierprobe kochen. Heiss in Schraubdeckelgläser füllen und Gläser sofort verschliessen.

500 g Hagebutten
(nach dem Entkernen gewogen)

400 g Zucker
Wasser



Herbstkuchen

(Wildfrüchte und Wildkräuter erkennen, sammeln, zubereiten)

Zutaten: Butter, Zucker und Eier schaumig rühren. Haselnüsse unter die Masse rühren. Mehl mit Zimt, Kakao und Backpulver mischen und unterheben. Teig in eine Springform füllen und bei 180° etwa 55 Minuten backen. Kuchen nach dem Erkalten durchschneiden, die beiden Hälften mit Hagebuttenmark bestreichen und wieder aufeinander setzen. Kuchen aussen dünn mit Hagebuttenmark bestreichen. Mark etwa 15 Minuten einziehen lassen, dann Kuchen mit Schokoladenglasur überziehen.

200 g Butter
200 g Vollrohrzucker
4 Eier
1 TL Zimt
2 TL Kakao
350 g Dinkelmehl
50 g gemahlene Haselnüsse
2 TL Backpulver

gezuckertes Hagebuttenmus
Schokoladenglasur



Hagebuttenlimonade

(Lilian Meier)

Zutaten: Zitronensaft, Ahornsirup und Hagebuttenmark in eine Literflasche geben (wenn gezuckertes Hagebuttenmark verwendet wird, den Sirup weglassen). Mit Wasser bis zu einem Liter auffüllen und gut schütteln. Im Kühlschrank aufbewahren und innert zwei Wochen aufbrauchen. Tipp: Hagebuttenmark kann tiefgefroren werden, so dass man zu jeder Jahreszeit frische Limonade herstellen kann.

20 g Zitronensaft
150 g Ahornsirup
150 g ungezuckertes Hagebuttenmark (Buttenmost)
gutes Wasser



Hagebutten-Elixier

(100 Heilpflanzen selbst gezogen)

100 g getrocknete Hagebutten, 50 g Zucker und 300 ml 50%-igen Alkohol mischen und einen Monat lang ziehen lassen, dann abseihen. 200 ml Wasser zufügen und als Stärkungsmittel trinken.



Hundsrose / Hagebutte Rosa Canina

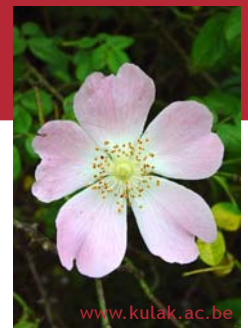
Quellenangaben und Bildnachweise

Quellen:

- (1) <http://de.wikipedia.org>
- (2) <http://www.biozac.de/biozac/capvil/Cvrosa.htm>
- (3) <http://naturmedizin.lauftext.de/hagebutte.htm>
- (4) <http://www.heilkraeuter.de/lexikon/hagebutt.htm>
- (5) <http://www.botanikus.de/?load=/Beeren/Hagebutte/hagebutte.html>
- (6) <http://naturmedizin.lauftext.de/hagebutte.htm>
- (7) Dr. Johannes Gottfried Mayer, Dr. med. Bernhard Uehleke, Pater Kilian Saum OSB: **Handbuch der Klosterheilkunde**, ISBN 3-89883-016-0, 2003, Verlag Zabert Sandmann GmbH, München (D)
- (8) Apotheker Mannfried Pahlow: **Heilpflanzen**, ISBN 3-8118-1747-7, Pabel-Moweig Verlag KG, Rastatt (D)
- (9) Ingrid und Peter Schönfelder: **Das neue Handbuch der Heilpflanzen - Botanik, Arzneidrogen, Wirkstoffe, Anwendungen**, ISBN 3-8047-2134-6 und ISBN 3-440-09387-5, 2004, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft und Kosmos-Verlag, Stuttgart (D)
- (10) <http://www.zusatzstoffe-online.de/html/Lexikon/carotinoide.html>
- (11) Hans-Peter Dörfler und Gerhard Roselt, Farbtafeln von Ruth und Heinz Weber: **Heilpflanzen**, ISBN 3-432-03269-3, 1984, Urania Verlag, Leipzig (D)
- (12) Ingrid Gabriel: **Das farbige Heilkräuterbuch**, 1970, Sonderausgabe Verlag P. Strub, Chur (CH)
- (13) http://www.just-medical.ch/med-report/litozin_dt/default.cfm
- (14) Philipp Notter, Lucas Rosenblatt, Judith Meyer und Armin Zogbaum: **Das grosse Buch der Hundert Gewürze und Kräuter**, ISBN 3-03780-145-X, 2004, Edition Fona GmbH, Lenzburg (CH)
- (15) Rita Kopp: **Edelsüss und Rosenscharf - Die Welt der alten Gewürze**, ISBN 3-7995-3515-2, 2005, Jan Thorbecke Verlag, Ostfildern (D)
- (16) <http://rezepte-kochrezepte.com/Detailed/1030.html>
- (17) <http://www.garten-literatur.de/Pflanzen/Rezepte/rosenwasser.htm>
- (18) Dr. Gertrud Scherf: **Wildfrüchte und Wildkräuter - erkennen, sammeln und zubereiten**, ISBN 3-405-16870-8, 2005, BLV Buchverlag GmbH & Co., München (D)
- (19) Eva Aschenbrenner: **Rezepte für die Gesundheit - Wildkräutersalate, Suppen, Speisen, Tees und Tinkturen**, ISBN 3-440-10487-7, Kosmos, Stuttgart (D)
- (20) Ekkehard Müller: **100 Heilpflanzen selbst gezogen - Anbau, Ernte, Anwendung**, ISBN 3-7020-0836-5, 1999, Leopold Stocker Verlag, Graz (A)
- (21) Monika Kabba: <http://www.fh-weihenstephan.de/fgw/wissenspool/infos/kurzinfo.php?id=117>
- (22) Inga Schneidenburger : <http://www.onlinekunst.de/rosengarten/Potpourri.htm>
- (23) Ursel Bühring: **Praxis-Lehrbuch der modernen Pflanzenheilkunde - Grundlagen, Anwendung, Therapie**, ISBN 3-8304-9097-6, 2005, Sonntag Verlag, Stuttgart (D)
- (24) Prof. Dr. Rosa Gachnian / Doz. Iwan Assenow: **Heilpflanzen in der Veterinärmedizin**, ISBN 3-921988-49-9, WBV Biologisch-Medizinische Verlagsgesellschaft, Schorndorf (D)
- (25) <http://www.hagebutten.ch>

Bildnachweise:

- http://de.wikipedia.org/wiki/Bild:Illustration_Rosa_canina0.jpg
- <http://www.waldhang.de/bilder/0109038.jpg>
- <http://w3.goodnews.net/~kkrugh/rose/rose2000/rosa%20canina%202000-5-21.jpg>
- <http://www.aphotoflora.com/Rosa%20canina-leaf-30-08-04.jpg>
- <http://www.rosesloubert.com/collection%20loubert/2002/rosa%20canina%20exilis.jpg>
- <http://www.cc.jyu.fi/~pamakine/kuvat/puutarha/rosa.canina.jpg>
- <http://www.aphotoflora.com/Rosa%20canina-hip-30-08-04.jpg>
- http://www.valtaro.it/coloriautunno2003/rosa_canina.jpg
- http://www.rz.uni-karlsruhe.de/~db50/FOTO_-_Archiv/Rosa_canina_HC.jpg
- http://bioeco.free.fr/photos/source/rosa_ca3.jpg
- http://xoomer.virgilio.it/micologiamesinese/images/Rosa_canina.jpg
- <http://www.rosesloubert.com/rosa%20canina%20blondeana%20accueil.jpg>
- http://www.odla.nu/f_s/images/nypon-vinter-rosa-canina.jpg
- <http://www.kulak.ac.be/facult/wet/biologie/pb/kulakbiocampus/bomen-heesters/Rosa%20canina%20-%20Hondsroos/06-hondsroos1-H2.jpg>
- <http://www.kulak.ac.be/facult/wet/biologie/pb/kulakbiocampus/bomen-heesters/Rosa%20canina%20-%20Hondsroos/06-hondsroos2-H2.jpg>
- http://www.awl.ch/heilpflanzen/rosa_canina/rosa_canina_2.jpg
- <http://linnaeus.nrm.se/flora/di/rosa/rosa/rosacan2.jpg>
- <http://linnaeus.nrm.se/flora/di/rosa/rosa/rosacan3.jpg>
- http://www.pirineodearagon.com/flora/web_flora/frutos/images/rosa_canina.jpg
- <http://popgen0146uns50.unimaas.nl/~jlindsey/commanster/Plants/Trees/Trees/Rosa.canina.jpg>
- http://www.valtaro.it/percorso26/rosa_canina1.jpg
- http://www.hlasek.com/foto/rosa_canina_a260.jpg
- <http://www.habitas.org.uk/flora/images/small/3401s.jpg>
- http://images.google.ch/imgres?imgurl=http://personales.ya.com/botanical/Rosa_canina.jpg
- http://www.rz.uni-karlsruhe.de/~db50/FOTO_-_Archiv/Rosa%20canina%20BotKA%20S1.jpg
- <http://www.atlas-rostin.pl/foto/bl/bl-f165-rosa-canina-kwiat4.jpg>
- <http://jardin-mundani.info/rosaceae/escaramujos.jpg>
- <http://www.nature-diary.co.uk/nn-images/0410/041011-rosa-canina-agg.jpg>
- http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/allgemel/serturn/arpzpf-b/rosa_c.jpg
- http://146.192.73.3/oplbilde/j2003/m08/t12/0002376_f/250.jpg
- <http://www.rosenparadies.net/onlineshop/images/870073.jpg>
- <http://www.govinda-shop.ch/shop/images/Rosenwasser.jpg>
- <http://www.naturalbeauty.de/basics/bilder/rose4.jpg>
- <http://www.shaman-ca.de/parsishop/grafik/oele.jpg>
- <http://www.br-online.de/umwelt-gesundheit/thema/blumenrezepte/foto/gezuckerte-rosen.jpg>
- <http://www.eworld24.de/filesserver/GetFile?name=iWmLlw3bucffbicWBzBEd-30&mime=image/jpeg>
- http://www.cappovino-gourmet.cappovino.com/images/cappovino_gourmet/5309.jpg



www.kulak.ac.be



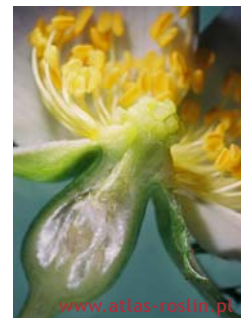
www.kulak.ac.be



www.aphotoflora.com



www.kulak.ac.be



www.atlas-rostin.pl



http://popgen0146uns50.unimaas.nl



www.fabflas.org.uk