

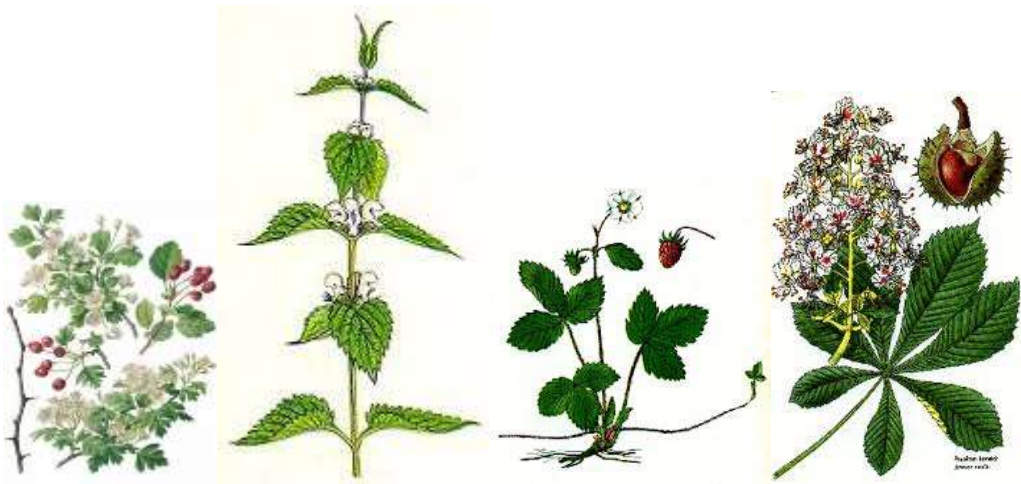
Bylinky v květnu

Sběr bylinek v květnu

- **Borůvka brusnice** – sbírají se listy (nejlépe mladé). Tlumí žaludeční křeče, léčí zánět močového měchýře. Používá se jako podpůrná léčba cukrovky.
 - **Bříza bělokorá** – listy (mladé lepkavé). Při zánětech močových cest, dně a revmatismu.
 - **Černý bez** – sbírá se květ (před úplným rozvinutím). Nálev se používá při nachlazení a horečnatém onemocnění horních cest dýchacích. Šťáva při migrénách a nadýmání.
 - **Divizna sáporovitá velkokvětá** – sbírá se květ – proti kašli, zánětu průdušek, chrapotu, léčí astma. Obklady na bércové vředy a hemeroidy. **Pozor:** semena divizny jsou jedovatá!
 - **Hloh ostrotrnný jedosemenný** – sbírá se květ (krátce před rozvinutím) a list. Proti srdečním potížím nervového původu a bušení srdce. Proti nespavosti, zvýšeném krevním tlaku. **Pozor:** na rostlinách se často vyskytují klíšťata.
 - **Hluchavka bílá** – sbírá se květ – Reguluje nepravidelnou menstruaci a výtok. Při nepravidelné stolici.
 - **Jahodník obecný** – list v době květu – nemoci ledvin a záněty střevní sliznice.
 - **Kaštan jírovec mand'ál** – květ. Záněty dýchacích cest, zahlenění.
 - **Kontryhel obecný** – nať v době květu – při příliš silné menstruaci a přechodových potížích.
 - **Kopřiva dvoudomá palčivá** – list (nať) – močopudný prostředek při revmatismu, otocích. Podpůrná léčba cukrovky.
 - **Maceška violka trojbarevná** – v době květu nať - nemoci dýchacích cest, plicní choroby, potíže s močením. Při dně a revmatismu.
 - **Mochna husí** – nať v době květu – proti průjmu, bolestivé menstruaci, záněty žaludku a střevní koliky. Koupele při hnisavých ránách.
 - **Rybíz černý** – list v době odkvětu – nemoci z nachlazení, kašel.
-



PHOTO CROWN



Léčivé koření

- **Pepř** - (černý, bílý, zelený, růžový). Je to jeden z nejznámějších a také nejrozšířenějších druhů koření. (Je známo skoro 1600 druhů pepře, ale používá se asi 6 druhů) Pepř podporuje trávení, pravděpodobně stimuluje srdeční činnost, působí močopudně.
 - **Pískavice - *Trigonella foenum-graecum*** - semena mají posilující účinek, působí na žaludeční a střevní činnost, údajně snižují krevní tlak a obsah cukru v krvi.
 - **Rozmarýn - *Rosmarinus officinalis*** - povzbuzuje vylučování trávicích šťáv, stimuluje činnost jater, omezuje růst bakterií. Pozor - ve větších dávkách může rozmarýn působit opojně, proto musíme dávat pozor při dávkování (do pokrmů pro čtyři osoby stačí lžička).
-

Osvěžující nápoje

Bezinkový nápoj – 750g cukru, 0,5l horké vody, 4-5 květénství černého bezu, 2 lžíce vinného octa, 1 chemicky neošetřený citrón (na šťávu a kůru), 4l vody. Cukr v horké vodě rozpustíte s kůrou a šťávou, přidejte květy a za chvíli ostatní suroviny. 5 dní nechte stát. Pak scedte a nalijte do uzavíratelných lahví a ještě nechte týden odpočinout. Je lahodný vychlazený s citrónem.

Mátový koktejl – na 5 sklenic potřebujete 25 snítek čerstvé máty, hodně kostek ledu, 5 lžiček cukru a 5 lžiček šťávy z citrónu, šťávu ze tří grepfruitů, litr a půl toniku a plátky citrónu na ozdobu. 15 snítek máty rozdrťte s cukrem a dejte do skleniček, které pak naplňte ledem, přidejte šťávu z citrusů a zalijte tonikem, ozdobte zbývajícími snítkami máty a kolečky citrónu. Doplňte koktejlovou lžičkou.

Bylinkové přípravky

Čistící fenyklové mléko – 1 lžíce fenyklových semínek, 250 ml vařící vody, lžička medu, 2 lžíce smetany. Fenykl rozdrťte a zalijte vařící vodou, 30 minut nechte stát, pak smíchejte s ostatními surovinami, dejte do malé lahvičky a uchovávejte v chladničce. Večer používejte běžným způsobem.

Voňavý kartáč - Používáte-li dřevěný kartáč, kápněte na štětiny kartáče 2-3 kapky vonného oleje, například levandulového, a vaše vlasy budou krásně vonět, ale pozor, kartáč nesmí být lakovaný.

Hádanka která bylínka by mohla nést název **čáp**?