

HAGEBUTTE *Rosa canina*

Die Hagebutte ist die wilde Rose – Hundsrose genannt.

Sie sehr gesund und enthält viel Vitamin C (20 x mehr als Zitronen). Carotinoide, Eisen, Flavonoide, Gerbstoffe, Magnesium, Vitamin B, C, E. Sie wirkt abführend, blutstillend, entgiftend, Entzündungshemmend, kräftigend, immunsystemstärkend.



Im Herbst sammelt man die **Früchte**. Das entkernen ist etwas mühsam.

Wenn ich nicht die ganzen Früchte für eine Sauce oder so brauche, mache ich **Mus**: Ich koche die ganzen Früchte mit Wasser auf und püriere sie durch die flotte Lotte. Dann habe ich schon mal das **Hagebuttenmus**. Hieraus kannst du Marmelade oder Ketchup zubereiten.

Die übrig bleibenden **Kerne** (die auch das bekannte Juckpulver enthalten) haben noch ein bisschen Fruchtfleisch herum. Ich trockne das Ganze und bereite mir damit **Tee**. Auch die rohen Früchte (frisch oder getrocknet) könnt ihr direkt zu Tee aufgießen.

MARMELADE

Das Hagebuttenmus mit Gelierzucker aufkochen und in saubere Gläser füllen.

NARBEN- UND HAUT-/HANDSALBE

25 g Hagebuttenpulver (getrocknete und pulverisierte Hagebutten)

150 g Sesamöl (oder anderes Öl)

15 g Bienenwachs

25 ml Wasser

25 ml Alkohol 40 %

- Alle Zutaten in einem Topf zum kochen bringen
- Die Salbe 10 Min. köcheln lassen und ab und zu rühren, dass nichts anhaftet
- Temperatur reduzieren und über Nacht zugedeckt erkalten lassen
- Am nächsten Tag die Salbe erwärmen und ein paar Minuten köcheln
- Filtern und in sterilisierte Salbentiegel füllen



Wirkung

wundheilend, entzündungshemmend, antioxidativ und hautregenerierend bei Narben, Wunden, Ekzemen, Entzündungen, Akne. Entzündeten Gelenken, Rheuma und Arthrose.

(Rezept nach Gabriela Nedoma)

HAGEBUTTEN KETCHUP

100 g Hagebutten
1 rote Zwiebel
½ TL Kurkuma
50 ml Wasser
30 ml Apfelessig
20 g Zucker
etwas Rosmarin und Majoran
Olivenöl
Salz, Pfeffer



- Die Hagebutten putzen (Stiele und Köppchen entfernen)
- mit Wasser weichkochen und durch die flotte Lotte pürieren
- Zwiebel klein schneiden und mit Kurkuma in Olivenöl andünsten
- mit Zucker karamelisieren, mit Apfelessig und Wasser ablöschen.
- Das Hagebuttenmus dazu geben
- Salz, Pfeffer und Kräuter dazu
- Bei kleiner Hitze 10 Min. köcheln lassen. Umrühren.
- Heiß in saubere Gläser füllen.
- Im Kühlschrank 1-2 kochen haltbar.

Passt zu Pasta mit Parmesan oder als Sauce zu Fisch und Fleisch.

(Rezept nach Blatt & Dorn)

Eine andere VARIANTE:

1 Zwiebel anrösten und mit etwas Weisswein oder Wasser ablöschen.
Hagebuttenmus dazugeben und mit Kräutern würzen (Oregano, Thymian, Giersch oder was ihr habt)
Mit Sahne aufgießen und etwas köcheln lassen.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Weiters könnt ihr herstellen:

- Rosenblütenwasser
- Rosenblüten-Sirup
- Rosenblüten kandiert (süß) oder frisch in den Salat als Deko
- Oxymel mit Hagebutten
- Tee aus Blüten, Blättern oder Früchten, Kernen
- Risotto mit Hagebutten
- Quiche mit Gemüse und Hagebutten
- Polenta mit Hagebuttensauce/ketchup
- Schafkäse mit Hagebuttenketchup und Nüssen
- Palatschinken mit Hagebuttenmarmelade....
- Juckpulver ;-)