

{mosimage}Egyik legismertebb gyógynövényünk, a belőle készült tea a kamilla mellett a házipatikák talán leggyakrabban használt szere. A hársfa parkjaink, útmenti fasoraink kedvelt növénye, szárazságtűrő, szép formájú koronát nevelő fa.

□

Magyarországon a hárs több faja is megtalálható. Díszfaként legelterjedtebb az ezüsthárs (Tilia argentea). Könnyen felismerhetjük arról, hogy leveleinek fonákja szürkés, ezüstös színű, puha tapintású. Ennek a fának a virága nem használható fel teának, ezért ne is gyűjtsük. A másik két faj, a kislevelű hárs és a nagylevelű hárs (Tilia platyphyllos) levélfonákja zöld színű. Ezekről a fákról nyugodtan gyűjthetünk virágokat.

A hársfa teáját mindenféle légúti panasz és meghűlés kezelésére használhatjuk. Izzasztó és vizelethajtó hatása is van. Forrázata bőrápoló szerként és reumás panaszok enyhítésére is használható.

{mosimage}Teához egy csésze vízzel forrázzunk le két teáskanálnyi hársfavirágot, és 5- percig hagyjuk állni. Melegen fogyasszuk, mézzel ízesítve még hatékonyabb.

Borogatáshoz kétszeres mennyiségű hársfavirágot vegyünk, és a kihűlt, langyos forrázattal borogassuk a fájdalmas testrészt vagy bőrfelületet. Antibakteriális hatása miatt zsíros, pattanásos arcbőrre is jó hatással van. A forrázattal naponta többször törölgessük át az arcot.

□ Jó tudni...

-□□ □ A hársfa különösen hosszú életű fa, 500 év feletti példányai is ismertek.

-□□ □ A hársvirágról gyűjtött méz aromás, markáns ízű, különösen hatásos meghűléses betegségek esetén.

-□□ □ Nagyon fontos eltalálni a virágok gyűjtéséhez megfelelő időpontot. Ha a virág már teljesen ki van nyílvá, akkor száradás közben le fog peregni. Ha a bimbók még zártak, nem nyíltak ki, akkor nem tudunk belőle jó minőségű teát készíteni. A már nyitott, de még nem teljesen kinyílt virágokat szedjük le, a virág szárával és a száron található világos színű levélkével (murvalevél) együtt.

-□□ □ Legyünk óvatosok gyűjtés közben, mert a hárs csodálatos illatot árasztó virágai nemcsak minket vonzanak, hanem rengeteg méhet és darazsat is.

-□□ □ A pollenre allergiások inkább kerüljék a teljes virágzásban álló hársfákat.

□