

Η αρμπαρόριζα η θαυματουργή για τα νεύρα και την χοληστερίνη: Την λέμε λουκουμόχορτο ή μοσχομολόχα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η αρμπαρόριζα (Πελαργόρνιο το βαρύοσμο ή *Pelargonium graveolens*, όπως είναι η επιστημονική του ονομασία), γνωστό και με άλλες ονομασίες όπως Κιούλι στην Κύπρο, μοσχομολόχα (Χαλκιδική), αλμπαρόζα, αρμανέλα, αρμπακανέλα, μπαρμπαρούσα, ή λουκουμόχορτο, δείχνουν τη συχνή και ποικίλη χρήση της σε διαφορετικές περιοχές της Ελλάδος.

Το όνομα της αρμπαρόριζας προέρχεται από το *erba + roza*, που σημαίνει στα ιταλικά χόρτο ρόδινου χρώματος.

Η αρμπαρόριζα φυτεύεται κατά την άνοιξη και είναι ένα από τα αγαπημένα μου φυτά. Ανήκει στην οικογένεια των γερανοειδών και πιάνει πολύ εύκολα γιατί είναι ένα πολύ κοινό φυτό που το βρίσκουμε σε αυλές ή κήπους ή μπαλκόνια σε γλάστρες. Απλώς κόβουμε ένα κλαδάκι, χωρίς λουλούδι, και το φυτεύουμε.

Δεν χρειάζεται συχνό πότισμα αλλά να είναι σε μέρος που να το πιάνει ο ήλιος μερικές ώρες την ημέρα. Δεν αντέχει σε θερμοκρασίες κάτω από -0ο C, γιατί το χειμώνα θα πρέπει να το προστατεύουμε εάν κάνει πολύ κρύο, σκεπάζοντάς το ή

βάζοντάς το μέσα.



Φτάνει μέχρι και το ένα μέτρο ύψος και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν φράχτης. Παρόλο που κάνει όμορφα ροζ λουλούδια, αυτά δεν έχουν καθόλου άρωμα και κυρίως καλλιεργείται για το φύλλωμα του, που έχει υπέροχο άρωμα.

Για το λόγο αυτό, χρησιμοποιείται πολύ στην βιομηχανία αρωμάτων αλλά και στη ζαχαροπλαστική και μαγειρική. Λίγο να το τρίψουμε και αφήνει το άρωμά του.

Η αρμπάρוריζα (μπαρμπάρουσα, “ροδοσταμια” στα Δωδεκάνισα) που είναι γνωστή και ως πελαργόνιο από το βοτανικό της όνομα.

Είναι ανθεκτικό φυτό και θεωρείται εντομοαπωθητικό. Γενικότερα τα φύλλα της αρμπάρוריζας χρησιμοποιούνται σε διάφορα γλυκά του κουταλιού (κυδώνι και σταφύλι), στα λουκούμια και στα παγωτά για το άρωμα τους αλλά χρησιμοποιούνται ακόμα και στην οινοποιεία.

Μπορείτε να φτιάξετε και τσάϊ(άνθη και φύλλα ως έγχυμα), και μάλιστα τονώνει το νευρικό σύστημα και είναι επουλωτικό, διουρητικό και αντιδιαβητικό.. Η χρήση της ενδείκνυται σε όσους υποφέρουν από κατάθλιψη, υπερένταση, πέτρα των νεφρών και διαβήτη.

Έχει χαλαρωτικές ιδιότητες, βοηθάει στην ανακούφιση από τη ναυτία και τις ημικρανίες. Ανακουφίζει από τους πόνους της αρθρίτιδας! Μειώνει τη χοληστερόλη. Επίσης λόγω της αντιβακτηριακής του δράσης βοηθά στην ακμή, όπως πλένουμε το πρόσωπο με το χαμομήλι.

*Εκτός από το αρωματικό τσάι, η αρμπαρόριζα γίνεται και πάρα πολύ ωραίο λικέρ! χρειάζονται 50 μεγάλα φύλλα, καλά πλυμένα και στεγνωμένα, ένα μπουκάλι ρετσίνα ή κονιάκ ή τσίπουρο και ένα κιλό ζάχαρη. (Η αναλογία μπορεί να είναι άλλη: σε ένα λίτρο τσίπουρο, 250gr ζάχαρη (περίπου το 1/4 του τσίπουρου), και ένα μάτσο φύλλα αρμπαρόριζας)

Τα βάζουμε όλα σε ένα μεγάλο μπουκάλι ή βάζο και τα αφήνουμε για 40 -50 μέρες σε σκιερό μέρος. Αφού περάσει αυτο το διάστημα, σουρώνουμε και είναι έτοιμο να το πιούμε!

*Δοκιμάστε να χρησιμοποιήσετε την αρμπαρόριζα στη σάλτσα ντομάτας. Θα αποκτήσει ένα φίνο άρωμα και θα λειτουργήσει ως φυσικό γλυκαντικό, αντικαθιστώντας τη ζάχαρη που συνήθως βάζουμε

*Είναι πολύ καλή παρέα με λεμονοπίπερο και μπαλσάμικο στο μαριναρισμα του χοιρινού.

*Εντομοαπωθητικό!

Για να το παρασκευάσουμε, βάζουμε 50 γραμμάρια αρμπαρόριζας σε μισό λίτρο οινόπνευμα 40° και το αφήνουμε σ' ένα σκοτεινό μέρος για 10-12 ημέρες - μέχρι να λιώσουν τα φύλλα. Στη συνέχεια σουρώνουμε μ' ένα σουρωτήρι και σε περίπτωση που το άρωμά του είναι πολύ έντονο προσθέτουμε απλά λίγο αποσταγμένο νερό.

Όταν πλέον το φυσικό εντομοαπωθητικό μας είναι έτοιμο, ρίχνουμε λίγες σταγόνες του, σε παράθυρα, περβάζια αλλά και σε λάμπες - πριν τις ανάψουμε.

Λίγη προσοχή πού θα τοποθετήσετε τη γλάστρα με αυτό το αρωματικό φυτό και θα ανταμειφθείτε!

Φαρμακευτική Χρήση:

Θεωρείται ότι έχει θεραπευτικές ιδότητες ως βότανο. Έτσι, το αφέψημα από

αρμπαρόριζα θεωρείται ότι έχει χαλαρωτικές ιδιότητες, βοηθάει στην ανακούφιση από τη ναυτία και τις ημικρανίες.

Μακροχρόνιες έρευνες έδειξαν ότι το αφέψημα από αρμπαρόριζα έχει χαλαρωτικές ιδιότητες όπως και το χαμομήλι και βοηθά ενάντια στο στρες και δρα σαν ηρεμιστικό, ανακουφίζει από τους πόνους της αρθρίτιδας, δρα ενάντια στη ναυτία και μειώνει τη χοληστερόλη.

Επίσης λόγω της αντιβακτηριακής του δράσης βοηθά στην ακμή, όπως πλένουμε το πρόσωπο με το χαμομήλι. Τα αιθέρια έλαια της αρμπαρόριζας χρησιμοποιούνται στην αρωματοποιία, αρωματοθεραπεία και σαν εντομοαπωθητικά.

Πώς θα φτιάξουμε αφέψημα

Μπορούμε να φτιάξουμε το αφέψημα με φρέσκα ή αποξηραμένα φύλλα, όπως φτιάχνουμε όλα τα αφεψήματα. Θα βάλουμε τα φύλλα σε καυτό νερό και θα το αφήσουμε μέχρι να αφήσει τα αρώματά του. Μπορούμε να το πιούμε σκέτο ή να προσθέσουμε και άλλα αρωματικά όπως κανέλα, γαρίφαλα κλπ.

Συνταγή: Τσάι με Αρμπαρόριζα

Υλικά, Για 4 φλυτζάνια:

1 λίτρο νερό

4 φρέσκα φύλλα αρμπαρόριζας

1 μικρό ξυλάκι κανέλας

2 γαρίφαλα

1 σακουλάκι πράσινο τσάι ή άλλο τσάι

Εκτέλεση:

Βάζουμε όλα τα υλικά σε τσαγιερό ή γυάλινη κανάτα τσαγιού και ρίχνουμε το καυτό νερό. Το αφήνουμε για πέντε ή περισσότερα λεπτά να βγάλει τα αρώματά του. Μπορούμε να το σερβίρουμε ζεστό ή κρύο.

Αφού το σουρώσουμε το βάζουμε στο ψυγείο για μερικές ώρες πριν το σερβίρουμε.

Αρωματίζουμε την ζάχαρη

Υλικά:

1 κιλό ζάχαρη

5 - 6 φύλλα αρμπαρόριζας

Εκτέλεση:

Σε ένα μπωλ ή βαζάκι βάζουμε εναλλάξ ζάχαρη και φύλλα σε στρώσεις.
Κλείνουμε το δοχείο και το αφήνουμε σε δροσερό μέρος για περίπου δέκα μέρες.
Κατά διαστήματα κουνάμε το δοχείο ή ανακατεύουμε με κουτάλι για να αρωματιστεί όλη η ζάχαρη.

Αφέψημα με αρμπαρόριζα

Για να το παρασκευάσουμε, βάζουμε 50 γραμμάρια αρμπαρόριζας σε μισό λίτρο οινόπνευμα 40° και το αφήνουμε σ' ένα σκοτεινό μέρος για 10-12 ημέρες - μέχρι να λιώσουν τα φύλλα. Στη συνέχεια σουρώνουμε μ' ένα σουρωτήρι και σε περίπτωση που το άρωμά του είναι πολύ έντονο προσθέτουμε απλά λίγο αποσταγμένο νερό. Όταν πλέον το φυσικό εντομοαωθητικό μας είναι έτοιμο, ρίχνουμε λίγες σταγόνες του, σε παράθυρα, περβάζια αλλά και σε λάμπες - πριν τις ανάψουμε.

Πηγή: newsitamea.gr