**Róża pomarszczona**

**Termin zbioru**:

czerwiec – lipiec płatki kwiatów

wrzesień - październik owoce

**Działanie owoców:**

* wzmacniające odporność
* wzmacniające ściany naczyń krwionośnych
* przeciwzapalne
* delikatnie moczo- i żółciopędne

**Wskazania**: osłabienie organizmu, przeziębienie, zmęczenie, stres

Z owoców dzikiej róży można robić marmoladę, wino czy nalewkę. Owoce można też wysuszyć i dodawać do herbat.

Pachnące płatki można utrzeć z cukrem i wykorzystać jako nadzienie do pączków, rogalików i innych wyrobów cukierniczych.

**Płatki róży tarte z cukrem**

Pachnące płatki (po oderwaniu białych nasad płatków) wsypać do miski, zważyć. Dodać cukier (wagowo 2 razy więcej niż płatków) oraz trochę soku z cytryny i ucierać w makutrze lub moździerzu, aż do uzyskania gładkiej konsystencji. Przełożyć do słoiczka i przechowywać w lodówce.

**Nyponsoppa –szwedzka zupa różana** (przepis z „Dzikiej kuchni” Łukasza Łuczaja)

3 szklanki owoców dzikiej róży

100 g cukru

kilka łyżek płatków migdałów

2 ½ litra wody

1 łyżeczka mąki ziemniaczanej lub kukurydzianej

Owoce umyć, zalać gorącą wodą i gotować do miękkości, ciągle mieszając. Otrzymaną papkę przesączyć przez szmatkę, aby pozbyć się pestek. Dodać cukru, mąki i odrobinę wody. Znowu zagotować. Rozlać na talerze i posypać migdałami (można je wcześniej podprażyć na suchej patelni).

Kosmetyki z płatków róż działają przeciwzapalnie i łagodząco, wyrównują też koloryt skóry.

**Różany tonik do twarzy**

Dużą garść pachnących płatków róży zalewamy 50 ml octu jabłkowego (dobrej jakości) – płatki muszą być przykryte octem, żeby nie zapleśniały. Zostawiamy na kilka dni w temperaturze pokojowej. Po tym czasie ocet przelewamy przez sitko, dodajemy 50-100 ml wody, mieszamy. Używamy toniku po umyciu twarzy.

***O tym pamiętaj…***

1. Owoce dzikiej róży zawierają duże ilości witaminy C – ok. 275 mg/100 g.
2. Owoce róży można jeść na surowo, ale należy oczyścić wnętrze owoców z drażniących włosków – najlepiej jednak owoce najpierw rozgotować, a potem przetrzeć przez sito.
3. Przed wykorzystaniem płatków róży, należy oderwać i wyrzucić białe nasady (mają one gorzki smak).