Adventpost 15-4.13

aromaFORUM Österreich

Ausgabe 15-4.13 | Datum: Dezember 2013

Grünes

Die Blätter der Stechpalme sind das Abbild der Dornenkrone Christi, und die Beeren die seiner Blutstropfen. Die Stechpalme beschützt vor dem bösen Blick.

Rosmarin ist ein Symbol der Freundschaft und der Erinnerung. Er erhielt seinen Geruch als die Binden des Leibes Jesus auf ihm aufgehängt wurden.

Der Efeu bleibt auch im Winter grün. Er ist ein Symbol der Fruchtbarkeit und bewahrt gegen die Folgen der Trunkenheit.

Die Mistel repräsentiert Frieden und Liebe. Wer sich unter einem Mistelzweig um Mitternacht küßt, wird im folgenden Jahr glücklich werden.

Morgen, Kinder, wird's was geben
Morgen, Kinder, wird's was geben
morgen werden wir uns freu'n,
welch ein Jubel, welch ein Leben
wird in unserm Hause sein!
Einmal werden wir noch wach,
heißa, dann ist Weihnachtstag.
Wie wird dann die Stube glänzen
von der großen Lichterzahl!
Schöner als bei frohen Tänzen
ein geputzter Kronensaal!
Wißt ihr noch vom vor'gen Jahr
wie's am Heil'gen Abend war?
Welch ein schöner Tag ist morgen,
viele Freude hoffen wir;
uns're lieben Eltern sorgen
lange, lange schon dafür.
O, gewiß, wer sie nicht ehrt,
ist der ganzen Lust nicht wert.

Räuchern mit heimischen Wildkräutern

Eine Vielzahl an heimischen Wildkräutern finden Verwendung in Räuchermischungen für Haus, Hof und Mensch. Sie entfalten im aufsteigenden Rauch klärende, reinigende, schützende und segnende Wirkungen und unterstützen den zu heilenden Prozess.

Die Gründe zu räuchern sind vielfältig und entsprechen alten Traditionen unseres Kulturkreises. Über das Jahr verteilt wurde an bestimmten Tagen mit dem Rauchgefäß durch das Haus gezogen um die gestauten und verdichtenden Energien zu klären – zum Schutz gegen das „Böse". Nach schwerer Krankheit zur Desinfektion oder zur Begleitung der Toten auf ihrem letzten Weg kamen auch entsprechende Kräuter auf die Kohle.
Aus-, Um- und Neubezug eines Hauses oder Wohnung sind geeignete Anlässe für eine reinigende Räucherung um Altes abzuschliessen und zu lösen und Neuem mit Reinheit zu begegnen.

Alte Häuser sind oftmals eingebunden in Familiensysteme oder ständig wiederkehrenden Schicksalsschlägen. Hier kann mit einer systemischen Aufstellung und dem ergänzenden hinzufügen von Kräutern im Rauch eine Lösung herbeigeführt werden, die weit in die Geschichte des Hauses zurückgeführt hat.

Auch in unserer Aura bewegen sich Schwingungen, die uns durch das Gesetz der Resonanzen von z.B. Streit, Angst, Trauer uvm. in schwierige Situationen bringen. Hier kann eine Abräucherung alte „Verklebungen" lösen, Löcher in der Aura wieder schließen, die Erdkraft stärken und den Kopf frei machen für neue Ausrichtungen.

„Raunacht"

Fichtennadeln trocknen, zerschneiden und mit Weihrauchharz im Mörser verreiben.

„Duft von Avalon"

- 3 Teile Weihrauchharz
- 1 Teil Mastix
- 2 Teile Kräuterbüschelmischung (z.B. Beifuss, Salbei, Königskerzenblüte, Melissenblätter, Alantwurzel, Johanniskraut, Schafgarbenkraut, Minze, Kamillenblüten, Kleeblüten...)

Das Kräuterbüschel wird in der Zeit zwischen 15. August (Maria Himmelfahrt) und 8. September (Maria Geburt) gesammelt, sie haben dann ihre optimale Heil- und Duftkraft. Die genannten Kräuter werden dann zu einem sog. Kräuterbüschel nach planetaren Gesichtspunkten zusammengestellt und getrocknet.

Für die Räuchermischung werden sie zerkleinert und mit den Harzen verrieben.

Es entsteht eine Mischung mit krautig-balsamischem Duft. Zum Räuchern zwischen den Jahren, um Haus und Räume zu klären. Die Mischung eignet sich auch für Räucherungen zur Begleitung von jahreszeitlichen Festen. Falls man kein Kräuterbüschel gesammelt hat, kann man sich auch die entsprechenden Kräuter in Drogerien od. Apotheken besorgen.

www.pflanzenrad.at

Zartrosa-Goldmelissen-bonbons

Goldmelisse wirkt schlaffördernd, befreit die Atemwege bei Erkältungen und schmeckt delikat zitronenartig.

- 50 ml Goldmelissensirup oder -saft
- 200 g Zucker
- 1/2 EL Glukosesirup
- Nach Belieben äth. Öl (Rosen- oder Limettenöl) oder Rosenwasser
- Neutrales Öl (z.B. Rapsöl) zum Einfetten

Spülbecken mit kaltem Wasser halb füllen, Marmorplatte/Backblech, 2 Spatel und eine stabile Schere mit neutralem Öl gut einfetten.

Goldmelissen-, Glukosesirup und Zucker in einem großen Topf unter Rühren zum Kochen bringen. Dann ca. 10 Min. ohne Rühren bei mittl. Hitze kochen, bis der Zuckersirup eine Temperatur von ca. 130°C hat.

Nach Wunsch äth. Öl (2-5 Tr.) oder Rosenwasser zugeben, um den Geschmack zu intensivieren, und den Topf in das Spühlbecken stellen. Warten, bis der Sirup etwas abgekühlt ist, dann einen Teil auf die Platte bzw. das Blech gießen. Portionsweise und zügig arbeiten,da die Masse schnell abkühlt.

Mit den Spateln die abkühlende Masse vom Blech lösen und aus 40 cm Höhe ganz langsam auf die Platte zurückgleiten lassen. Zuckermasse mit den Spateln wieder aufnehmen und aufs Blech tropfen lassen. Sobald man die Masse anfassen kann, mit geölten Händen an den Enden greifen und in die Längeziehen, ein U formen und die beiden Strangenden zusammendrehen. Vorgang wiederholen, bis die Zuckermasse allmählich starr wird.

Ein letztes Mal den Strang in die Länge ziehen und verdrehen, dann mit einer geölten Schere davon kleine Bonbons abschneiden und auf Backpapier gleiten lassen. Sofort in Zellophanpapier und luftdicht verpacken, die Bonbons ziehen sonst Feuchtigkeit.

Aus dem Buch:
Süßigkeiten aus Garten & Natur
Ursula Lang

Lebkuchenhonig oder Zimt-Orange-honigsirup

In 50 ml Akazienhonig und 50 ml Ahornsirup mit 10 – 12 Tropfen der fertigen Zimt-Orange Natur Aromamischung versetzen oder:

- 1 Tropfen äth. Cardamomöl
- 1 Tropfen äth. Zimtrindenöl
- 3 Tropfen äth. Ingweröl
- 3 Tropfen Vanilleesenz
- 5 Tropfen äth. Orangenöl
- 3 Tr. äth. Mandarine rot Öl

Diese Lebkuchenvariante eignet sich besonders für die Advents- und Weihnachtszeit sowie die kalten Wintermonate, kann aber auch einen Eistee im Sommer raffiniert verfeinern. Bratäpfel, Crems, Eis, Gebäck, Kuchen und Punsche aller Art werden damit aromafein.

Maria Kochauf

Gesichtsöl (Antistressmischung):

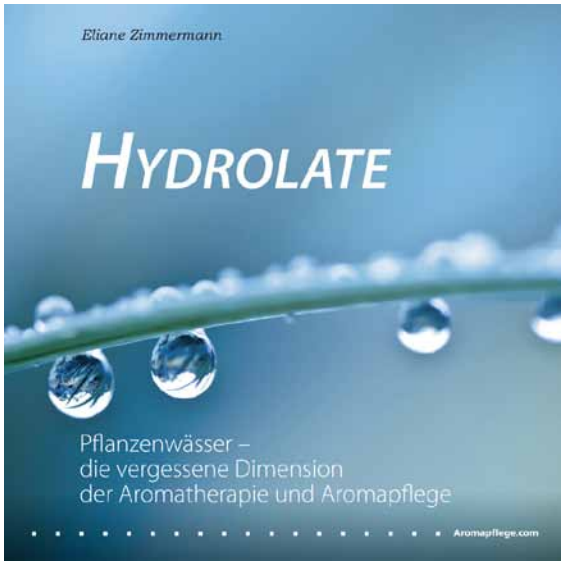
- 50 ml Jojobaöl (oder Mandelöl süß mit Wildrosensamenöl dazumischen)
- 2 Tropfen Rosengeranie
- 1 Tropfen Rose
- 2 Tropfen Lavendel
- 4 Tropfen Sandelholz

Maria Kettenring

Badegel

- 1/4 Tasse Aloe-Gel
- 1/4 Tasse Honig
- 1/4 Tasse Meer oder Steinsalz
- 1/4 Tasse Sahne oder Milchpulver
- 2 TL Jojobaöl (optional)
- 5 Tropfen ätherisches Öl nach Wahl, zum Beispiel Speiklavendel

Maria Kettenring



Cardamom-Joghurt

- 150 g Cremejoghurt
- 1-2 TL Lebkuchen- oder Zimt-Orangehonigsirup S... je nach Süßebedürfnis (für Diabetiker weglassen), wenn dieser nicht vorhanden ist nur Ahornsirup verwenden
- 1/2 Tropfen ätherisches Cardamomöl in 1 TL Sahne emulgieren.

Der Joghurt mit dem aromatisierten Sirup und der Cardamomsahne kräftig einrühren.

Serviervorschlag: Auf jede Kompottschale einen kleinen Joghurtschlag aufsetzen.

Maria Kochauf

Blutorangendrink

- 500 ml Blutorangensaft
- 200 ml Apelsaft
- 3 TL Orangen-Bergamohonig kann ersetzt werden
- 2 Tropfen äth. Bergamotteöl
- 1 Tropfen Vanilleessenz oder ätherisches Orangenöl
- Saft: 1/2 Zitronen

Der Saft mit dem Würzhonig kräftig im Krug verrühren und kühl servieren.

Die Gläserränder in Zitronensaft eintauchen und ausnahmsweise anschließende in Kristallzucker tunken, hier trinkt das Auge mit. Wer auf Süß ganz verzichten will, kann als Abschluss ein Cocktail Tomatenmix genießen.

Maria Kettenring

Rosiger Apfelsaft

Auf ein Liter Apfelsaft 1 TL Rosenwasser geben, kühlen und mit Rosenblättern garniert servieren. Eine gute Alternative anstelle von Alkohol.

Maria Kochauf

Roll On Abwehr

- 10 ml Jojobaöl
- 4 Tropfen Lavendel fein
- 4 Tropfen Zitronenthymian
- 2 Tropfen Cajeput
- 2 Tropfen Myrte wild

Maria Kettenring

Kokos-Ingwerblumenkohlsuppe (sehr delikat)

Eine auf vielen Kursen erprobte Suppe die viel Beachtung und Anerkennung fand.

- 1 Liter Wasser
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Sahne
- 1 Zitronenscheibe
- 1 Lorbeerblatt
- 500 g Blumenkohlröschen
- 100 g Kokosraspeln oder bereits aromatisierte Raspeln
- 1 - 2 TL Currypulver
- 3 Tropfen ätherisches Ingweröl
- 1 EL Euro-Asia Würzölmischung kann auch weggelassen werden
- 1 kräftige Prise Orangen-Lemongrasssalz oder Kräutersalz
- Pfeffer aus der Mühle

Blumenkohl waschen und in Wasser mit Zitronenscheibe und Lorbeerblatt in ca. 20 Minuten weich kochen. Das Wasser abgießen. In einem neuen Topf die Kokosflocken zusammen mit dem Curry ganz leicht anrösten, so dass sie noch nicht braun werden, mit ca. 200 ml Gemüsebrühe ablöschen. Die Blumenkohlröschen dazugeben und mit einem Pürierstab fein passieren, falls nötig Gemüsebrühe nachgießen. Aufkochen lassen und restliche Gemüsebrühe dazugeben. Am Ende das ätherische Ingweröl und die Würzölmischung in die Sahne geben, die Suppe vom Feuer nehmen und mit dem Aromasalz und Pfeffer noch abrunden.

In vorgewärmten Tellern servieren und mit ein paar Kokosraspeln oder -chips garnieren.

Wünschen Sie die Suppe fein und exquisit können Sie die fertige Suppe durch ein Sieb passieren und mit einem aromatischen Pfeffersahnehäubchen veredeln.

Maria Kettenring

„Steh auf Nordwind und komm Südwind,
und ziehe durch meine Gärten,
daß der Duft ihrer Gewürze ströme."

Salomon, Kap. 4 Vers 13