

Czosnek jako roślina magiczna symbolizował planetę Mars (podobnie jak siarka i gorczyca), dzięki czemu miał mieć moc ochrony przed złem. W Europie średniowiecznej wierzono, że czosnek to najlepsza ochrona przed czarną magią i wampirami. Wieszany był nad drzwiami, by strzec domostwo przed czarownicami. Według tradycji arabskiej, niezwykle właściwości czosnku wynikać miały stąd, że jego cebulkę wyniósł na swoim kopycie szatan wygnany z raju. W Czechach czosnek dodawany był bydłu do paszy, by uchronić je od złego, a na Nowy Rok wkładano go psom pod obrozę, aby przez cały kolejny rok dobrze czuwały. W polskich wsiach czosnek był powszechnie uważany za ziele odpędzające złe duchy i chroniące przed rzuconym urokiem. Zależnie od regionu noszono go przy sobie jako amulet (na szyi, lub w kieszeni) czy też zaszyty w ubraniu, albo też nacierano się nim. Na Podhalu święcono czosnek w dzień św. Łucji, a następnie smarowano nim drzwi obory bądź czyniono na nich czosnkiem znak krzyża, aby uchronić inwentarz. Wierzono, że diabły i inne istoty demoniczne (strzygi, wampiry) bały się ostrego zapachu tej rośliny. W dalekiej Afryce rybacy nadal smarują się czosnkiem w celu odstraszenia krokodyli - czyli jest to roślina silnie magiczna...

CEBULA CZAROWNIC - to roślina zwana również czosnkiem leśnym, dzikim, a także czosnkiem niedźwiedzim - posiada wszystkie cenne właściwości uprawianego czosnku. Różni się jednak wyglądem - z wąskiej podłużnej cebulki bardzo wczesną wiosną wyrastają na ogół dwa listki (jak u konwalii), a z nich wylania się łodyga zakończona białymi kwiatuškami zebranymi w kulę. Kwitnie od kwietnia do maja. Dziś rośnie wyłącznie w stanie naturalnym na zacienionych, wilgotnych łąkach, w zaroślach i na leśnych polanach. Liście czosnku niedźwiedziego skutecznie przeciwdziałają nadciśnieniu, arterioskleroze, regulują pracę żołądka, wspomagają trawienie, zapobiegają wzdęciom. Listki zbiera się na początku kwitnienia, a cebulki w sierpniu - wrześniu. Nastawiona na wiosnę na drobno posiekanych liściach, a jesienią na cebulkach nalewka jest doskonałym lekiem przeciwko osłabieniu pamięci i bronchitom. W kuchni używa się tylko świeżych listków, suszone tracą swoje właściwości smakowe i lecznicze. Zarówno świeżych listków jak i cebulek używać można do przyprawiania zup, sosów i kotletów z mielonego mięsa.

Jeszcze - **kwiaty czosnku**, są piękne i drobne, wiele osób uważa je za atrakcyjną ozdobę bukietów. Ich zaletą jest fakt, iż długo utrzymują się w wazonie, ponadto, niektóre odmiany rozsiewają subtelny zapach miodu.

oprac. Antonina Niekrasz

ROZWAŻANIA KULINARNE CZYLI GARŚĆ PRZEMYŚLEŃ Z DŁUGIEGO WEEKENDU...

*Dieta cukrzycowa!
Jesteś samo zdrowie.
Czy trzeba cię cenić?
Ten tylko się dowie
Kto cię zastosował...*

*Dziś mądrość twą na swej osobie
Sprawdziłam i polecam - bo zawdzięczam tobie*

*Nadzwyczajne skutki:
Sprawne ciało, zwinność,*

*Odciążonej trzustki prawidłową czynność,
Chęć do życia nową - dawniej różnie było,
Gdy się dużo jadło i byle co piło*

*Dziś posiłków więcej, lecz w mniejszych ilościach.
Lżej kręgosłupowi, mniej „łamania w kościach”.*

Kuchnia trochę lżejsza - to niewielka sztuka.

Każdy znajdzie przepis, kto trochę poszuka.

*Ot, choćby pamiętać, że ryby, warzywa
To coś, co korzystnie na twoje zdrowie wpływa*

*Tłuste mięsa, kluchy, golonki i ciasta
Dają pewny skutek: twoja waga wzrasta,
A za nią i cukier - prawda wszystkim znana*

*Co więc powstrzymuje Panią albo Pana,
By rozsądek górę brał co dzień od nowa?
Zwłaszcza, że każdemu dieta cukrzycowa*

*Korzyści przynosi - i to jest odkrycie:
Ludziom całkowicie zdrowym
- też przedłuża życie!*

Ewa Andrzejewska

