

Способ приготовления меда, масла и чая из одуванчиков в домашних условиях

1

С давних времен человек стремился быть ближе к природе. И это не случайно. Природа делает человека сильнее, здоровее, крепче. Поэтому знать свойства растений очень важно. Обычные одуванчики, которые многие принимают за сорняк, обладают целым комплексом полезных компонентов, которые содержатся во всех частях растения и именно этим объясняется его способность благоприятно влиять на организм, лечить многие заболевания.

С приходом суровой зимы растет число простудных заболеваний, а также риск обморожений кожи и от этих недугов поможет мед, чай и масло из одуванчиков. Продукт получается без химических и вкусовых добавок, также при приготовлении не используются консерванты.

Цель и задачи: исследование многолетнего травянистого растения – одуванчика и его практическое применение.

Для достижения поставленной нами цели необходимо решить следующие задачи:

- собрать информацию о полезных свойствах одуванчика;
- изучить и проанализировать собранный материал;
- выявить и исследовать практическую значимость этого растения в жизни человека;
- приготовить мед, масло и чай из одуванчиков.

Объект исследования: одуванчик.

Предмет исследования: способы приготовления меда, масла и чая из одуванчиков.

Гипотеза: Мы предполагаем, что из одуванчиков можно сделать мед, масло и чай в домашних условиях.



2

Ботаническое описание одуванчика

Многолетнее растение, растущая в лесах, лугах пойменными и суходольными, травянистые склоны, поляны, вблизи жилья. Цветет с весны до поздней осени.

У одуванчика корни стержневые, реже многоглавые. Листья многочисленные, в прикорневой розетке, неравномерно выемчатыми зубками. Сильно укороченный стебель, лишь верхнее междоузлие вытягивается в цилиндрическо-голая полая цветочная стрелка. Корзинка соцветия; обертка темно-зеленая, двурядная; наружные листочки - широко-яйцевидные, оттопыренные, короче внутренних, внутренние линейные. Цветки в корзинке язычковые, ярко-желтые. Плоды - семянки с пушистыми летучками. В момент плодоношения вместо корзинки появляется характерный, легко рассыпающийся седой шар. Растение с белым млечным соком.



3

Лечебные свойства одуванчика

Лечебные свойства одуванчика обусловлены богатым химическим составом травы и корневищ. Листья и соцветия одуванчика содержат витамины С, А, В2, Е, РР, смолы, соли марганца, железа, кальция, фосфора, до 5% белка.

Корень одуванчика без преувеличений именуется «русским женьшенем». За период вегетации корень накапливает в себе инсулин, органические кислоты, сахарозу, флавоноиды, витамины, белки, смолы, жирные масла.

Лечебные свойства одуванчика:

- Его употребляют при лечении болезней ЖКТ, а также для улучшения пищеварительного процесса.
- Для гастритов с пониженной кислотностью (улучшает отток желчи).
- Лечит диабет, снижает содержание сахара в крови.
- При лечении гепатита, болезней желчного пузыря.
- Для облегчения проявлений кожных заболеваний (прыщи, фурункулы, псориаз, экзема).
- При простудных, вирусных заболеваниях.
- При лечении нервных расстройств.
- Для лечения щитовидной железы.



4

Приготовление целебного мёда

Есть несколько вариантов приготовления мёда из одуванчиков. Мы выбрали самый оптимальный и простой рецепт.

Для приготовления мёда из цветков одуванчика нам понадобятся следующие ингредиенты:

- 400 шт - одуванчики (цветки)
- 1кг - сахар
- 1 шт - лимон
- 0,5 л - вода

Далее приведены этапы подготовки сырья и приготовления меда.

Сперва нам необходимо приготовить около 400 головок одуванчика, отделив их от стеблей и листьев. Потом несколько раз промываем собранные цветки одуванчика и заливаем водой, оставляем на ночь, но лучше — на сутки. Данная мера помогает очистить от грязи сырьё, а также удалить лишнюю горечь. Затем сливаем воду, отжимаем цветки. В кастрюлю, в которой будем варить мед, заливаем 0,5 л чистой воды вместе с одуванчиками и кипятим на маленьком огне 15-20 минут, во время варки время от времени перемешиваем, по истечении времени убираем с огня и процеживаем через марлю, в конце отжимаем.

Далее полученный отвар ставим на огонь, добавляем в него сахар и варим 40 минут, за пять минут до окончания варки добавляем нарезанные вместе с цедрой лимон, доводим смесь до кипения, убираем с плиты кастрюлю и оставляем настаиваться ещё на сутки. Затем сваренные кусочки лимона аккуратно убираем ложкой. Целебный одуванчиковый мед готов!

Одуванчиковый мед поддерживает организм при простудных заболеваниях, может использоваться как отхаркивающее средство при кашле.



5



6

Приготовление чая из листьев одуванчика.

Листья одуванчика лучше собирать до его цветения, чем моложе листочки, тем больше в них будет содержаться дубильные вещества. Собранные листья сушим, для этого листья выкладываем на расстеленный тонкий слой в сухое и хорошо проветриваемое помещение с температурой 25°-40°, время от времени переворачиваем. После сушки листья можно измельчить порошок и хранить в холщевых мешочках или в стеклянных банках.

Чай из одуванчиков помогает от многих болезней, а главное от простуды. Для этого необходимо 1 ч.л. измельченной травы залить стаканом кипятка и настаивать 30 мин, а лучше настаивать в термосе. Принимать по ½ стакана 3 раза до еды, можно добавить мед из одуванчиков.



Список использованных источников и литературы

1. Иванов Б.И., Иванова А.Д. Лекарственные растения Якутии: советы нар. медицины. – 2-е доп. изд. – Якутск: Бичик, 2012. – 224 с. ISBN 978-5-7696-3608-0.
2. Иванов С.И. Рецепты природы: применение лекарственных растений. – Санкт-Петербург, 1992. – 223 с. ISBN 5-7058-0267-6.
3. Макаров А.А. Лекарственные растения Якутии: 4-е изд. – Якутск: Бичик, 2001. – 128 с. ISBN 5-7696-0859-5.
4. Одуванчик — лечебные свойства и противопоказания для здоровья <https://ogorod23.ru/oduvanchik-lechebnyie-svoystva-protivopokazaniya/>
5. Что мы знаем о лечебных свойствах одуванчиков и противопоказаниях к их применению <https://glav-dacha.ru/lechebnye-svoystva-oduvanchikov/>
6. Одуванчик — описание, свойства, применение <https://divo-dacha.ru/lekarstvennye-rasteniya/oduvanchik-opisanie-svoystva-primenenie/>
7. Одуванчик: лечебные свойства, применение в медицине <https://good-tips.pro/index.php/medicinal-plants/dandelion-health-benefits-taraxacum-officinale>
8. Масло из одуванчика <http://prikolno.cc/article/7871/maslo-iz-oduvanchika>
9. Масло из одуванчика: применение в народной медицине, полезные свойства <https://fermilon.ru/sad-i-ogorod/lekarstvennye-travy/maslo-oduvanchika-primenenie-v-narodnoy-medsine-poleznye-svoystva.html>

6

Лечебное масло

Масло из одуванчиков использовалось в лечебных целях с давних пор. Оно универсальное и очень полезное: масло хорошо увлажняет кожу, уменьшает суставные и мышечные боли, снимает напряжение, стрессы и имеет массу других преимуществ. Его несложно получить в домашних условиях. Так для приготовления масла необходимо подготовить:

400 штук цветков одуванчика

0,6 л оливкового масла

В сухую солнечную погоду собираем цветы одуванчика и кладем в стеклянную банку (700 мл). Мыть цветы не надо.

Заливаем одуванчики доверху оливковым маслом, перевязываем горлышко банки марлей.

Ставим банку в теплое солнечное место на 3 недели, время от времени перемешиваем.

Как только цветы станут коричневыми, процеживаем масло через марлю в стерилизованную бутылку из темного стекла (как раз в бутылку из-под оливкового масла). Хранится масло из одуванчиков в темном прохладном месте, можно поставить в холодильник.

Моя семья - я, моя мама и бабушка в основном пользуемся этим чудесным и целебным маслом для местного нанесения, таких как: снятие боли в суставах и мышцах, при герпесе, ранах, ожогах, укусах насекомых. Хорошо помогает при обморожении, растираем лицо и руки. При простуде и кашле на ночь втираем в область груди. Вот такое Чудо масло - масло одуванчика, для нас как "Скорая помощь".



Применение в ветеринарии

При обморожении соски у дойной коровы намазывают маслом из одуванчиков в течении недели. Чтобы обеспечить отток молока постоянно сцеживали перед тем как смазывать маслом. А после втирания накладывали на вымя чистую, мягкую ткань и надевали специальный лифчик для коров.



Этот лечебный процесс проводили в прошлой зимой, во время сильных морозов, у одной нашей коровы было легкое обморожение сосков.

Целебный чай из одуванчиков

Чай из цветков одуванчика путем ферментации.

Для этого свежо собранные цветки одуванчика нужно расстелить тонким слоем на поднос и оставить на 5–6 часов, также время от времени переворачивать. Затем нужно пропустить через мясорубку. Превращенные в гранулы цветки накрываем влажным полотенцем, ставим в теплое место при температуре 20-25 градусов и оставляем на сутки. По истечении ферментации (брожения) нужно высушить гранулы, расстелить их тонким слоем на противень и поставить в духовку при минимальной температуре на 15-20 минут, после сушки желательно измельчить в порошок. Полученную заварку для чая хранить в стеклянной банке.



Заключение

В ходе выполнения исследовательской работы мы многое узнали об одуванчике, а именно о его полезных свойствах. Лечебные свойства одуванчика настолько ценны, что с давних пор растение употребляют практически в любом виде. Время цветения одуванчика как раз приходится на весенний период, когда человеческий организм истощен и нуждается в витаминах.

Далее мы приготовили мед из одуванчиков. Приготовленный в домашних условиях мед получился несравненным с тем медом, который покупается в торговых точках, без химических и вкусовых добавок. Приготовили целебное масло из одуванчиков и бодрящий, общеукрепляющий чай. Это природное лекарство, способное исцелить от различных недугов. Вся моя семья пользуется им.

В конце был проведен опрос среди друзей и одноклассников. И пришли к выводу, что большинство из них вполне осведомлены о полезности одуванчика и способах приготовления из него меда и чая, но к сожалению большинство моих сверстников не осведомлены о получении масла из одуванчика.

Для удобства заваривания чая из одуванчиков, можно расфасовать их в специальные фильтр-пакеты.

В нынешнее время не каждый человек знает о полезных свойствах одуванчика, и что можно сварить из них мед, масло, чай приготовить настои и т.д. Поэтому охотно делимся знаниями и опытом с другими.

Гипотеза о том, что, имея основные продукты можно приготовить мед, масло и чай в домашних условиях, подтвердилась.

Рекомендации:

Во избежании простудных заболеваний и ряд недугов рекомендуем пить чай из соцветий, листьев и корня одуванчика, пить надо натощак. Кроме того мед и чай повышают иммунитет в период эпидемий гриппа. В крепкие морозы, чтобы избежать обморожения нужно, смазывать лицо и руки маслом одуванчика, и все эту процедуру делать за полчаса до выхода на улицу.

Чай из корней одуванчика.

Их заготавливают поздней весной перед цветением или поздней осенью в период увядания. Извлекают корень из земли при помощи лопаты. Затем обтряхиваем грязь и промываем в проточной холодной воде несколько раз, высушиваем, измельчаем на мелкие кусочки. Далее следует просушить и в духовке. Высушенные корни одуванчика измельчить в порошок при помощи блендера.

Чайную ложку полученного сырья запарить стаканом кипятка и настаивать 10-20 мин, пить на три приема до еды.

Чай из корней одуванчиков показан во время сезона простуд и гриппа, благодаря своей способности противостоять инфекциям, принесет пользу пищеварения, придает бодрость и настроение.



11

Фасовка чая из одуванчиков (цветки, листья и корни) в фильтр-пакеты



Результаты анкетирования

Среди одноклассников и друзей было проведено анкетирование. Всего приняло участие 31 человек.

На следующий вопрос: «Как ты думаешь, одуванчики обладают полезными свойствами?» 87,1% (27) учащихся, почти все, ответили «да» и 12,9% (4) человека ответили «нет».

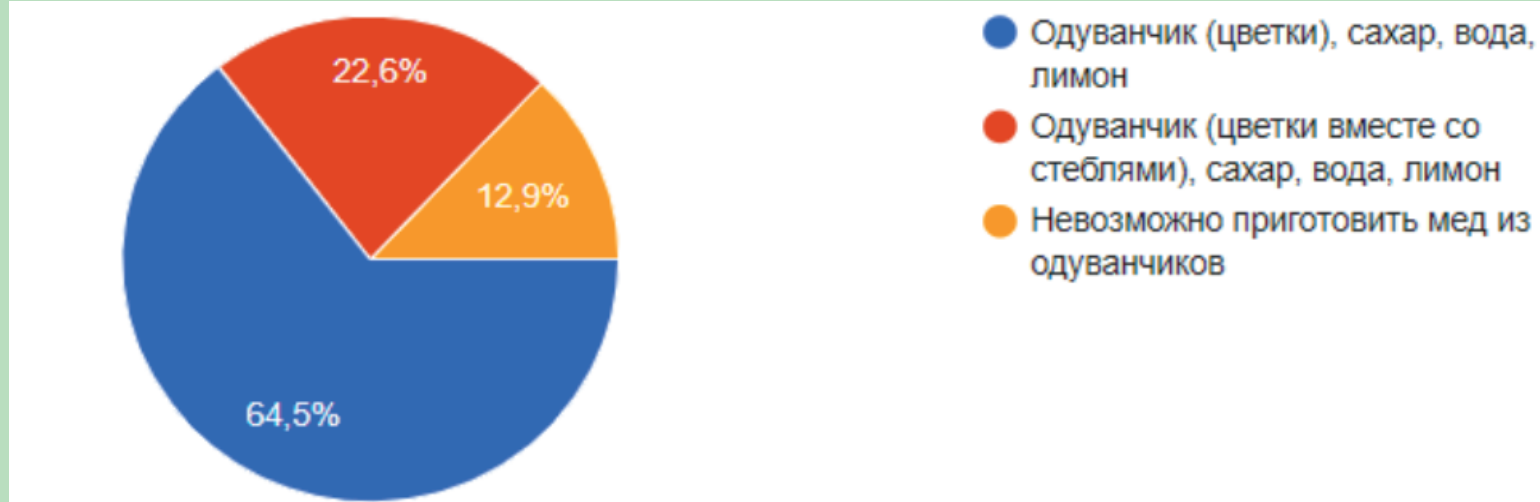
Относительно второго вопроса «Можно ли приготовить мед из одуванчиков?», ответы учащихся распределились аналогичным образом, как и в предыдущем вопросе: 87,1% (27) учащихся ответили «да» и 12,9% (4) человека ответили «нет».

Относительно третьего вопроса «Можно ли приготовить чай из одуванчика?», ответы учащихся распределились аналогичным образом, как и в предыдущем вопросе: 74,8% (23) учащихся ответили «да» и 25,2% (8) человека ответили «нет».

Относительно четвертого вопроса «Можно ли приготовить масло из одуванчика?», ответы учащихся распределились аналогичным образом, как и в предыдущем вопросе: 25,2% (8) учащихся ответили «да» и 74,8% (23) человека ответили «нет».

13

И на последний вопрос «Если в предыдущем вопросе выбрал вариант "да", то как ты думаешь какие ингредиенты нужны для приготовления меда?» ответили следующим образом: большинство, а это 64,5% (20) человек выбрали правильный первый вариант, 22,6% (7) выбрали второй вариант и 12,9% (4) третий.



Анализ полученных в результате проведенного опроса данных позволяет сделать вывод о том, что большинство одноклассников вполне осведомлены о полезности одуванчика и способах приготовления из него меда.

14

Выполнил:Максимов Ескандер
ученик 8 «в» класса
МБОУ «АСОШ им. Н.Н. Чусовского» Нюрбинского района