

## La Rosa simbolo Sacro

L'origine della rosa si perde nella notte del tempo. Già Confucio viveva in mezzo alle rose e compose un gran numero di poesie, che sono state riportate sui grandi vasi dei mandarini del celeste impero.

Fra i 18.000 volumi della biblioteca dell'imperatore della Cina, 1800 sono trattati di floricoltura e di essi 600 trattano della coltivazione delle rose, nonostante che allora fossero conosciute solo due qualità: la bianca e la giallo paglierina.

L'essenza di rose, in Cina, può essere usata solo dai membri della famiglia imperiale e dagli alti dignitari. Un sacchetto pieno di foglie, era considerato come un talismano contro i geni del male, le malattie e i brutti sogni. Nel Siam è credenza che il genio del bene sia nato in un boschetto di rose, mentre il genio del male era nato in un boschetto di cipressi.

I greci la facevano nascere nell'isola di Citera, chiamata anche Cerigo, mitica patria di Afrodite, ma Anacreonte la derivava da Afrodite stessa, che usciva dalle onde grondante d'acqua. Una goccia attaccata alla pelle nuda della Dea, cade a terra e fece nascere la prima rosa. I fiori furono tutti bianchi, ma un giorno Venere accorrendo a soccorrere Arom si punse ed il fiore s'imporporò del sangue della Dea. Un'altra versione ci narra che le rose diventassero rosse per la vergogna di aver dato tanto dolore alla dea.

La leggenda maomettana, fa nascere la rosa dal sudore del profeta.

La Roma imperiale fece un uso immoderato dei petali di rosa. Nerone fece piovere sui suoi convitati, petali per quattro milioni di sesterzi. Eliogabalo lo emulò e la pioggia di rose sommerse i suoi invitati; in quanto a lui, non si bagnava che in vino di rose.

Cleopatra, ricevendo Antonio fece ammassare sul pavimento, petali per l'altezza di un'auna. Verre, nella sua lettiga, giaceva su un materasso di rose e di esse si cingeva la testa ed il collo.

Marziale diceva "Egiziani inviateci il grano, noi vi manderemo rose". Infine Apicio immaginò e lasciò ai posteri la ricetta del pudding di rosa.

Il Medioevo, come per tutto il resto, fu un'epoca buia e Carlomagno emise inutili decreti per valorizzarla.

Verso il 1100, i crociati portano in Francia ed in Inghilterra delle rose asiatiche e quelle di Damasco.

Nella stessa epoca i monaci benedettini presero affezione a questo fiore e lo coltivarono.

Lutero aveva una rosa nel suo sigillo.

In Svizzera le persone assolte avevano il diritto di portare la "rosa dell'innocenza".

In Inghilterra, una rosa rossa, divenne il simbolo del casato Lancaster, mentre una rosa bianca lo divenne per il casato York.

Fra questi due casati, fu combattuta la guerra dei trent'anni (1455-1485), anche nota come guerra delle Due Rose.

Negli anni del 1800, due erano i rosai più notevoli: quello di Hildesheim (Hannover) e quello di Tolone nel giardino della marina.

Narra una leggenda che Chloris, dea dei fiori, trovasse una ninfa morta in un bosco.

La raccolse e la portò da Afrodite, dea della bellezza, e da Dionisio, che insegnò agli uomini la coltivazione della vite, affinché le donassero l'immortalità.

Afrodite le donò la sua bellezza e Dionisio il profumo.

Chloris portò infine la ninfa da Apollo, dio del sole,

che la riportò in vita e così, nata a nuova vita, diventò la rosa e fu incoronata regina dei fiori.

## “21 Metodi di utilizzo della Rosa”

### Olio essenziale

Si ottiene mediante distillazione a vapore dei petali freschi.

Si trova già pronto nelle erboristerie e nelle farmacie specializzate.

**Sfiammante purificante** ..Gli oli essenziali presenti nella rosa svolgono un'azione antibatterica, antivirale, astringente e cicatrizzante.

**Mal di testa di origine psicosomatica.**.. Massaggiate più volte al giorno le tempie con una goccia di olio essenziale di rosa, fino a miglioramento.

**Artriti artrosi indolenzimenti articolari.**.. Massaggiare con un batuffolo di cotone, imbevuto di olio essenziale, il centro delle ginocchia,

Si prevencono artriti, artrosi e dolenzie articolari.

**Profumare la casa** ...raccolgiete i petali e metteteli in un vaso di vetro a chiusura ermetica. Per ogni manciata di petali aggiungete un cucchiaino di sale fino e 1/2 cucchiaino di chiodi di garofano in polvere.

Lasciate riposare per qualche giorno, quindi, quando volete rendere più profumata l'aria della casa, prendete un pò del contenuto del vaso e fatelo scaldare su una piastra elettrica oppure su una di ghisa posta sul fuoco.

**Capillari fragili...** Si consiglia un massaggio con l'essenza di rose. Tre gocce sciolte in un cucchiaino di olio vegetale per massaggiare le gambe.

**Energia psichica e depressione** .. Ogni fiore è anche energia psichica e la rosa accomuna all'intensità del suo profumo la freschezza della rugiada: è sentimento, ma è anche distacco. Si consiglia alle persone tormentate, che vivono amori sofferti, passionali, dai quali escono depresse, irrequiete, stressate e fisicamente sciupate. La rosa dona a queste persone l'equilibrio, la saggezza e anche la freddezza necessaria per non farsi travolgere dalle passioni.

Massaggiate con due gocce di olio essenziale all'altezza del cuore prima di dormire, scioglierete i dolori e l'amarezza legati a dispiaceri e a perdite affettive, delusioni, alla sensazione di non sentirsi amati e accettati.

**Pediluvio** Mettere nell'acqua tiepida di una bacinella 4 gocce di olio essenziale di rosa (circa 3 fiori). Lasciar riposare alcuni minuti e immergervi i piedi per almeno 5 minuti. In pochi attimi svanirà l'affaticamento.

## **Tisana**

versate 100 ml di acqua bollente su un cucchiaino di petali freschi di rosa, meglio se gallica o comunque selvatica, coprite, lasciate riposare per dieci minuti e filtrate, spremendo bene il residuo.

**Colite e infiammazioni intestinali** .... Bevete 2 tazze di tisana al giorno, lontano dai pasti, fino a miglioramento.

**Infiammazione di gengive** .. e mucose della bocca. Ogni giorno fate frequenti risciacqui o gargarismi con la tisana, fino a miglioramento.

## **Marmellata di petali di rose**

Ingredienti: gr 200 di petali di rosa gr 500 zucchero 6 dl acqua 1/2 limone.

Lavare i petali e tritararli con la mezzaluna (non troppo fini perchè non vada via il succo), mescolarli con lo zucchero (200 gr), e il limone (impastandoli con le mani e mescolandoli a lungo). Fate scaldare l'acqua con il resto dello zucchero e con l'impasto, fate bollire fino ad avere uno sciroppo denso. Quando diventa vischiosa la marmellata è pronta.

## **Marmellata di rose**

Lavate ed asciugate 1 kg. di frutti (bacche) di rosa. Tagliateli in due per il lungo ed eliminate i filamenti e i semi. Metteteli in una pentola e coprite con poca acqua. Fate cuocere per 20 minuti circa, quindi pesateli: unite circa 400 gr. di zucchero per ogni 500 gr. di frutti. Proseguite la cottura finchè la marmellata sarà pronta. Si conserva per un anno

## **Marmellata di mele e bacche di rosa**

Bollire per 1/2 ora 1 kg. Di mele sbucciate e fatte a pezzi, passare al setaccio e filtrare per una notte il succo, mescolarlo il giorno seguente al purè di bacche di rose (vedi ricetta precedente), aggiungere 1 kg. Di zucchero e portare a ebollizione fino a che la marmellata non diventa consistente, mettere nei vasetti subito ancora calda.

## **Confettura di viole e rose**

INGREDIENTI: 300 ml di acqua, 300 g di zucchero, 90 g di petali di rose, 90 g di petali di viole, 1 limone

Raccogliete i petali di rosa e quelli di viola in una ciotola e copriteli con 100 g di zucchero e il succo del limone. Strofinare i petali con lo zucchero fino a ottenere una specie di poltiglia. Raccogliete in un tegame l'acqua e lo zucchero rimasto. Portate a bollore per ottenere uno sciroppo al quale unite il composto di fiori. Cuocete a fuoco medio fino a quando il composto avrà la consistenza giusta e velerà il dorso di un cucchiaino. Ripartite la confettura in vasetti sterili che sigillate e lasciate raffreddare capovolti.

## **Confettura di rose**

Ingredienti: mele Kg 2,  
zucchero Kg 1,400  
petali di rosa g 500  
un limone  
2 bustine di pectina (g 40 cad.)

Procedimento:

Sbucciare, tagliare a pezzetti piccolissimi e mettere in una casseruola le mele; unirvi il succo e a scorza grattugiata del limone. Lavare i petali di rosa in acqua fredda, quindi scolarli, togliendo il peduncolo giallo, e unirli alle mele, rimestando. Aggiungere le bustine di pectina. Porre il tutto sul fuoco e bollire per un minuto, mescolando, poi unire gradatamente lo zucchero; alzare il fuoco al massimo e cuocere per 12 minuti, senza aggiungere acqua alla frutta. Togliete la pentola dal fuoco, scolando per circa un minuto, quindi schiumare. Questa marmellata non deve essere lasciata addensare troppo, perché cristallizza facilmente. perciò, quando raggiunge la densità del miele, versarla, ancora calda, nei vasi, sterilizzati e caldi, che vanno subito chiusi e quindi conservati rigorosamente al buio.

## **Marmellata di rosa canina e miele**

Novembre è il momento giusto per raccogliere le bacche di rosa canina a giusta maturazione, e quindi vi do subito una ricetta deliziosa per un'ottima conserva di questo frutto, che oltretutto ha un contenuto di vitamina C veramente enorme.

Raccogliete le bacche (attenti alle spine!!) quando sono così mature che si staccano facilmente dal ramo, e raccoglietene tante, perchè ogni bacca contiene poca polpa.

Pulite e togliete loro il puntino nero che sta ad una delle estremità e che altro non è che il resto del fiore (ovvero della rosa).

A questo punto divertitevi ; a passare al passaverdure le bacche, in modo da eliminare bucce e semi, raccogliendo la polpa.

Pesate la polpa ottenuta ed aggiungete uguale peso di miele (consiglio un miele di acacia o un millefiori, comunque fluido e non troppo aromatico).

La vostra conserva è pronta, travasatela nei contenitori e gustatevela !!

Tenete presente che non essendo cotta contiene ancora tutta la sua vitamina C, quindi, se è in arrivo un raffreddore vi consiglio una cura intensiva.

I frutti di rosa (soprattutto di R. Rugosa e di R. canina) sono molto ricchi di vitamina C infatti contengono soprattutto quelli di Rugosa, da 2200 a 7000 mg. di vitamina C per 100 gr. di polpa, polpa che si può ricavare passandoli al setaccio dopo una bollitura.

Considerate che l'arancia ne contiene soltanto 50 mg. per 100 gr. di polpa.

**Lassativo.**..La conserva di cinorrodi di R. Canina può essere usate come lassativo o per liberare l'intestino dei bambini dai vermi (Acaris Lombricoides)

## **Mostarda di picceui**

Tagliate a metà le bacche (200 gr.), togliete i semi e lavate con cura per eliminare i peli irritanti.

Fate bollire insieme (senza le bacche) tutti gli ingredienti

(1 dl. di aceto bianco-1 dl di vino bianco-100 gr. di zucchero- 1pezzetto di cannella- 4 chiodi di garofano - la scorza grattugiata di un limone)

fino a ridurre il liquido alla metà.

Filtrate il composto, unite le bacche, salate e lasciate bollire ancora per 5 minuti.

Versate la salsa in un vaso a chiusura ermetica e conservate in frigorifero.

## Liquore di rosa canina

Lasciate macerare fino a pochi giorni prima di Natale 1 kg. di bacche di rosa nell'alcool (1 lt.) e nello sciroppo preparato a parte ottenuto facendo bollire lo zucchero (400 gr.) e l'acqua (8 dl.).

Pressate con molta forza nella tela fine e imbottigliate.

Scrivete sull'etichetta: da consumarsi dopo Pasqua.

## Salse Aperitivi Digestivi

I frutti delle rose selvatiche, in particolare i cosiddetti "grattaculi" che colorano di rosso vivo i cespugli della comunissima Rosa canina e abbondano un pò ovunque ai margini dei boschi e nei giardini, sono ottimi ingredienti di salse agrodolci e confetture.

Non è difficile trovarle anche già confezionate soprattutto nei negozi specializzati in prodotti naturali o nelle aziende agrituristiche.

Per le marmellate e le salse passate (ottenute cuocendo le bacche con zucchero e acqua o vino rosso), i "grattaculi" vanno raccolti dopo le prime gelate, quando sono leggermente appassiti.

Se utilizzati interi, dopo cotti devono sempre essere passati al setaccio fine in modo da eliminare i pelucchi irritanti.

Macerandoli nel vino bianco per 15 giorni e filtrando l'infuso, si ottiene un'ottima base per fantasiosi aperitivi.

Dalla macerazione in Armagnac, grappa o brandy si ottengono invece stimolanti liquorini da fine pasto.

.. per chi fa sport è indicato un cucchiaino al giorno di **centrifugato** di miele millefiori con petali di rosa, ed uno dopo ogni sforzo sportivo.

Quantità: 50 gr. di petali di rosa per ogni vasetto di miele da 500 gr.

## Drink delle Rose

Ingredienti per 4 porzioni

5 bicchieri di gin

1 bicchierino di succo di limone

2 cucchiaini di sciroppo di rose

petali di rose per decorare

Amalgamate bene gli ingredienti e servite decorando con petali di rosa.

## **Crostata di Frutta, Rose e Calendule**

Ingredienti: Per 4-6 persone:

1 confezione di pasta frolla surgelata

500 gr. di frutta mista preparata con frutta e fiori canditi

30 gr mandorle

30 gr. pistacchi tritati insieme ai petali di 2 rose

20 gr. di petali di calendula

Foderate una tortiera da crostata con carta apposita, stendetevi sopra la pasta frolla tirata col matterello, e voltate all'interno la pasta eccedente formando un cordone, metteteci sopra carta da forno con riso o fagioli, cuocete a forno preriscaldato a 180° per venti minuti. Togliete dal forno, togliete i fagioli o il riso, spolveratela con le mandorle e i pistacchi, versatevi la frutta che avrete cotto con i petali di rosa a striscioline e i petali di calendula. Infornate di nuovo per una ventina di minuti, servite freddo.

## **Crostata di rose e frutti di bosco**

Fa parte di una serie di ricette antiche, dei monasteri napoletani, per l'occasione i menu, venivano realizzati da noti ristoranti napoletani.

Impastate 400 gr. di farina bianca con 100 gr. di miele, 50 di zucchero, 4 uova, una bustina di lievito in polvere e petali di due rose tagliati a striscioline, un pizzico di fiori d'erica e 2 bicchieri di latte.

Lavorate L'impasto versatelo in uno stampo unto di burro e spolveratelo di farina. Infornatelo per mezz'ora a calore moderato, poi togliete la torta per farla raffreddare.

Preparate un composto di pesche, ciliege, fragole, melone, fiori d'erica e il succo di limone e d'arancia, petali di rosa canina.

Un bicchiere di vino bianco ed uno di maraschino.

Fate cuocere il composto per 10', fatelo raffreddare e stendetelo sulla torta.

Decorate con fragole e ciliege e rimettete in forno per 15'; poi fate raffreddare per almeno 3 ore.

Questa ricetta, del 1590, è composta con le rose del Chiostro di Regina Coeli ed i frutti del Borgo Sanità, allora campagna.

## **Elisir di rose**

Ingredienti:

15 gr petali di rose profumate

400 gr alcol a 95'

350 gr zucchero

350 gr acqua

Dopo aver scelto i petali delle rose più profumate del vostro giardino, poneteli in un mortaio con una manciata di zucchero e pestatele fino ad ottenere una pasta che potrete a macerare per una decina di giorni in un vaso di vetro ermeticamente chiuso, nel quale avrete aggiunto anche l'alcol.

Durante questo periodo avrete cura di agitare moderatamente una volta al giorno il vaso con il suo contenuto. D

opo il tempo prescritto aggiungete l'acqua ed il rimanente zucchero.

Lasciate macerare ancora nel vaso per una settimana agitando ogni tanto e, trascorso questo tempo, filtrate per tela, imbottigliate e tappate con ceralacca e sughero.

Aspettate almeno due mesi prima di consumare questo elisir che gratificherà il palato vostro e dei fortunati ospiti.

## **Petali canditi**

Stendere uno ad uno i petali di rosa profumata o di varietà Damascena su dei vassoi di cartone ponendoti in pieno sole.

Spruzzare subito con acqua di rose e ricoprire i petali umidi con zucchero a velo, meglio con un setaccio finissimo (tipo quello da farina).

Ripetere l'operazione sul retro quando il sole avrà candito il primo lato. A questo punto ripetere ogni tanto l'operazione precedente (acqua di rose + zucchero a velo) fino a quando non si sarà formata una pellicola con lo zucchero cristallizzato.

Posizionare in un barattolo ben sigillato e asciutto, e assaggiare per credere.

In alternativa si possono bagnare i petali nell'albume di uovo sbattuto per poi cospargerli di zucchero a velo (quindi senza preparare l'acqua di rose), facendoli asciugare come sopra.

## **Frittata di rose 20 minuti**

ATTREZZATURA: Padella in ferro

### INGREDIENTI

6 uova

2 cucchiaini di zucchero

10 foglie di menta

3 rose (meglio rosse)

2 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Sbattete le uova con lo zucchero. Tagliate a listarelle i petali di rose e tritate la menta. Unite rose e menta alle uova e cuocete la frittata, sulle due facce, in una padella di ferro ben unta con l'olio. La frittata si serve anche su crostoni di pane ben imburrati

## **Aceto di rose**

Aceto di miele (o di mele), 1 litro

Petali freschi di 5-6 rose rosse

Mettete a macerare, nell'aceto di miele, i petali delle rose rosse.

L'infusione deve durare almeno 10 giorni poi potrete colare ed eliminare i petali. Il liquido deve essere conservato in una bottiglia scura a chiusura ermetica.

E' adatto ad eliminare acne o altre impurità della cute, disinfettare piccole ferite, asciugare i foruncoli che stanno per formarsi o calmare il dolore di una contusione.

## **Gelato alle rose 50 minuti**

ATTREZZATURA: Gelatiera

### INGREDIENTI

500 ml di latte, 1 rosa molto grande o 2 rose piccole, 8 tuorli

130 g di zucchero, 250 ml di panna montata, petali di rosa per decorare

Lavate, snocciolate e tagliate a metà 500 g di ciliegie. In una terrina, mettete 3 cucchiaini di farina e incorporatevi 3 uova intere, un pizzico di sale, 6 cucchiaini di zucchero a velo e 3 cucchiaini di rum. Stemperate il tutto con il latte per ottenere una pastella (poco più densa della pasta per le crêpes) senza grumi. Imburrate uno stampo rotondo e disponetevi la frutta. Coprite con la pastella senza riempire la piastra perché cuocendo si gonfierà. Cuocete per circa 20-25 minuti nel forno già caldo a 190 gradi. Togliete lo stampo dal forno e spolverizzate con altro zucchero a velo. Lasciate intiepidire nel forno spento. Servite il calfoutis tiepido e guarnito con margherite glassate. Portate a ebollizione il Latte, mette in infusione i petali di rosa e Lasciate macerare per 20 minuti. A parte, lavorare i tuorli con lo zucchero per ottenere un composto soffice e chiaro. Aggiungere a filo un po' di latte per diluire la crema e poi unire tutto il latte filtrato. Senza mai smettere di mescolare, scaldare il composto fino al punto di ebollizione del latte e prolungate la cottura fino a quando la crema è abbastanza densa da velare il dorso di un cucchiaino. Inglobate la panna montata, riversate il composto nella gelatiera e procedete secondo Le istruzioni fornite dal vostro elettrodomestico. A piacere, guarnite con petali di rosa. Senza l'aggiunta di coloranti alimentari, questo gelato è bianco.

## **Gelatina struccante all'acqua di rose**

Acqua di rose 2 cl., Amido di riso 6 gr., Glicerina 25 gr

Olio essenziale di rosa. 2 gocce

Versate l'amido di riso in un contenitore in vetro (resistente al calore) posto a "bagnomaria" ed aggiungete poco a poco la glicerina, sempre mescolando, finché si forma una gelatina uniforme e densa. Togliete dal fuoco, lasciate intiepidire ed aggiungete l'acqua di rose e l'olio essenziale di rosa mescolando energicamente. Applicate questo gel sul contorno occhi con tocchi leggeri senza tirare la pelle. Risciacquate con acqua tiepida o con acqua di rose. Conservate in frigorifero per max 10 giorni.

## Acqua di rose

Ecco cosa ci serve:

1 litro di acqua distillata

Petali di rose rosse freschi. Servono circa 10 rose. Chiedete loro scusa e coglietele senza indugio. Sono belle, ma anche buone per la nostra ricetta.

Suvvia, non siate così sensibili

una o più boccette di vetro per conservare il prodotto finito

olio essenziale purissimo alla rosa, se volete accentuare la fragranza. Si trova in erboristeria, va specificato che è per uso cosmetico e non per il diffusore.

Procediamo:

dai petali va eliminata delicatamente, usando solo le mani, l'eventuale parte bianca dell'attaccatura.

Poi vanno riuniti, avendo cura di non schiacciarli o pressarli troppo, in un sacchetto di garza di cotone (va bene pure il colino del tè, se lo avete) e immersi in una pentola nella quale faremo bollire l'acqua distillata.

Quando l'acqua arriva a ebollizione spegniamo il fuoco e lasciamo in infusione per circa un quarto d'ora.

Nel frattempo godete del profumino leggiadro che si è diffuso in cucina.

Non lasciatevi andare a sogni troppo lunghi, o i petali marciranno.

Ecco, ora è il momento di aggiungere qualche goccia di olio essenziale alla rosa. Poi con un imbuto verseremo l'acqua di rose nella bottiglietta di vetro.

È pronta da usare per tonificare, lenire e rinfrescare il viso stressato dal sole e dal caldo. Soprattutto se conservata in frigo, l'effetto godurioso sarà più deciso.

Va consumata entro tre mesi.

Una variante astringente della ricetta appena vista si può preparare usando aceto bianco al posto dell'acqua distillata e petali di rose bianche.

Il procedimento richiede una lenta macerazione al buio per due settimane.

Poi basterà filtrare con una garza di cotone e conservare in frigo.

Miracoloso sulle pelli grasse.

**Tonificare e purificare la pelle..** Usate l'acqua di rose come tonico al mattino e alla sera. Rende la pelle vellutata e morbida, profumandola leggermente.