## 2.1.1. Riporterek – gyógynövényfeldolgozás

A **Riporterek** csoport munkájához

***Gyógynövények gyűjtése és feldolgozása***

**A gyűjtés helyét mindig gondosan válasszuk ki!**

1. Fontos, hogy ne legyen forgalmas helyen, így nem szennyezettek a növények!
2. Ne gyűjtsünk nemzeti parkokban, védett területeken! Engedélyköteles! Védett és fokozottan védett fajokat veszélyeztethetünk.
3. Kíméletesen válasszuk le az értékes növényi részeket, így a növény életben marad! Óvjuk a gyűjtőhelyet! Így máskor is szedhető marad.
4. Használjunk megfelelő eszközöket a gyűjtéshez! ( olló, metszőolló, kés, kesztyű, kamillafésű… stb.)

A begyűjtött növényi részeket gondosan tároljuk a feldolgozásig! Ha összenyomódnak, megtörnek, veszítenek gyógyhatásukból. Az illóolajuk egy része „megszökik”.

**Tartsuk be az alap higiéniai előírásokat a feldolgozás során**:

* Ne nyúljunk a szemünkhöz, orrunkhoz! Vannak irritáló hatású gyógynövények.
* Mindig mossunk kezet munka előtt és után is!
* Használjunk védőkesztyűt, ha erősebb hatású, netalán mérgező gyógynövényekkel dolgozunk!

**A feldolgozás lépései:**

* Tisztítás, esetleg mosás
* Szikkasztás(= szárítás)
* aprítás, hámozás szükség esetén (pl. gyümölcsök)

**Tudnivalók a növényi részekről**

Virágok. A virágokat általában kinyílt vagy félig nyílt állapotban kell gyűjteni. A virágok egy részénél csak a virágszirmokat szedjük pl. ökörfarkkóró, fehér árvacsalánvirág esetén. A kankalin virágját ezzel szemben a csészelevelekkel együtt kell begyűjtetni. Kocsányostól gyűjthető a bodza virágzata. Minél rövidebb kocsányrésszel gyűjtendők a kamilla, lóhere virágzatai. A galagonya virágait lombleveleivel (rövid szárral) együtt kell gyűjteni.

Levelek. A levelek gyűjtésénél fő szempont, hogy azok csak fejlett, megfelelően "érett" állapotban, és csak addig gyűjthetők, amíg épek, egészségesek, betegségtől, kártevőktől mentesek. A leveleket az ágakról, hajtásokról egyenként kell leszedni (fosztani).

Virágos vagy leveles hajtások. A virágos, leveles hajtásokat –„füveket"- általában akkor ajánlott gyűjteni, amikor virágaik üdén nyílnak. Gyűjtésnél a növények szárait ott kell elvágni, ahol még vékonyak és levelesek. Általában a gyógynövények felső, legfeljebb 40-50 cm-es részét szabad gyűjteni.

Félcserjék esetén (kakukkfű, rozmaring, stb.) csak az adott évi hajtásokat szedjük, az alsóbb, elfásodott, levéltelen szárrészek nélkül.

Gyökerek. A gyökerek, gyökértörzsek általában ősztől tavaszig gyűjthetők. A frissen kiásott gyökereket szükséges megmosni, így érhetjük el a tökéletes tisztaságot. Ezzel nem okozunk kárt, ugyanis ebben a fázisban még nem old ki hatóanyagot a víz a növényekből. (Nem áztatjuk.) A hosszabb gyökereket 20-30 cm-es darabokra vágjuk, de a vastagabbakat hosszában is fel lehet hasogatni, ezáltal megkönnyítve a szárítást.

Termések. A terméseket általában éretten, de mindig kocsányrészek nélkül kell gyűjteni. Kivétel a csipkebogyó, melynek a gyűjtését már akkor meg kell kezdeni, amikor a téglapiros színt eléri. Zöld és sárga állapotban nem szabad gyűjteni, mert az ilyen állapotban gyűjtött bogyó már nem pirosodik be, értékesítésre alkalmatlan.

(forrás: Gyógynövények termesztése és feldolgozása, kormány.hu: <https://cutt.ly/YzS0WwP>)