



Rožių eliksyras

Dievu maistas

Rožių pienas

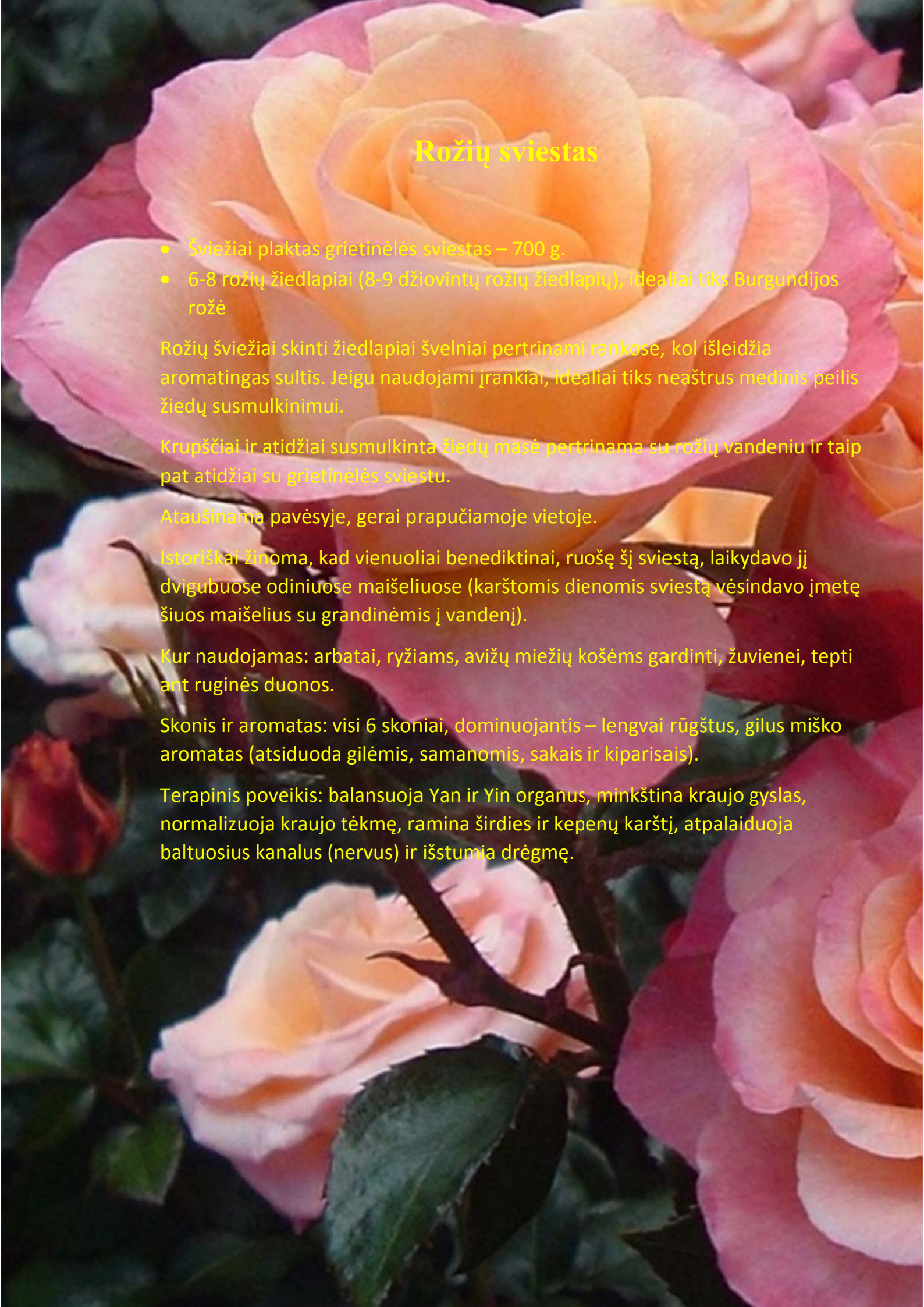
Šis pienas naudotas VII amžiuje Armėnijos vienuolynuose.

- Pienas (galime pakeisti į kitą Dieviškąją substanciją – migdolų pieną) – 1 l.
- 8-10 rožių žiedlapiai (įprastai atrenkami kvapnūs sodraus aromato rožiniai, raudoni, violetiniai, juodi rožių žiedlapiai)
- 2,5 a.š. šaltinio vandens
- 1,5 a.š. cukraus
- 1 a.š. šviežio medaus
- Keli lašeliai rožių vandens
- 1-2 kadagio uogos

Šis rožių pienas ruošiamas anksti ryte tik saulei pakilus ir geriamas tyloje vidudienį – taip tampa kontempliatyvia praktika.

Skonis ir aromatas: gaivus, saldžiai aitrus, aromatas vėsinantis, itin malonus gomuriui ir nosiai, žadinantis prisiminimus.

Terapinis poveikis: atveria plaučių kanalo Chi, sutaiko širdies ir kepenų kanalus, išveda gleivių, netyros flegmos perteklių, skaidrina protą, išstūmia liūdesį.



Rožių sviestas

- Šviežiai plaktas grietinėlės sviestas – 700 g.
- 6-8 rožių žiedlapiai (8-9 džiovintų rožių žiedlapių), idealiai tiks Burgundijos rožė

Rožių šviežiai skinti žiedlapiai švelniai pertrinami rankose, kol išleidžia aromatingas sultis. Jeigu naudojami įrankiai, idealiai tiks neaštrus medinis peilis žiedų susmulkinimui.

Krupščiai ir atidžiai susmulkinta žiedų masė pertrinama su rožių vandeniu ir taip pat atidžiai su grietinėlės sviestu.

Ataušinama pavėsyje, gerai prapučiamoje vietoje.

Istoriškai žinoma, kad vienuoliai benediktinai, ruošę šį sviestą, laikydavo jį dvigubuose odiniuose maišeliuose (karštomis dienomis sviestą vėsindavo įmetę šiuos maišelius su grandinėmis į vandenį).

Kur naudojamas: arbatai, ryžiams, avižų miežių košėms gardinti, žuvienei, tepti ant ruginės duonos.

Skonis ir aromatas: visi 6 skoniai, dominuojantis – lengvai rūgštus, gilus miško aromatas (atsiduoda gilėmis, samanomis, sakais ir kiparisais).

Terapinis poveikis: balansuoja Yan ir Yin organus, minkština kraujo gyslas, normalizuoja kraujo tėkmę, ramina širdies ir kepenų karštį, atpalaiduoja baltuosius kanalus (nervus) ir išstumia drėgmę.

A close-up photograph of several large, light pink roses. The petals are layered and have a delicate, ruffled texture. The background is dark and out of focus, making the roses stand out. The lighting is soft, highlighting the edges of the petals.

Kvapnioji rožių žuvienė

(patiekalas iš Birerte miestelio, Šiaurės Afrikoje)

- 4 baltos žuvytės
- 1 puodelis balto vyno acto
- 1,5 puodelio žiedlapių
- 1,7-2 l vandens
- Pagal skonį beriama kuskuso, sorų, perlinių kruopų
- Prieskoniai – sezoninės žolelės

Žuvienė verdama ant lėtos ugnies 40-50 min.

Skonis ir aromatas: sodri, gilaus kaštonų ir gėlių kvapo su lengvu aitrumu, gaiviai sutraukiančio skonio.

Terapinis poveikis: maitina kepenų kanalą, atstato išsekusias sąmonės jusles, gerina miego audinį, maitina širdį ir blužnį, gydančiai veikia kaulus, sausgysles, sąnarius ir kremzles.

Persiškos princesės prieskonių maišelis

Ši originali receptūra kilo iš persų kultūros.

- ¼ puodelio pistacijos riešutų (nesūdytų)
- 2 a.š. rudojo cinamono
- 2 a.š. kardamono sėklų
- 5 a.š. džiovintų rožių žiedlapių
- 10 piestelių raudonojo šafrano

Milteliai laikomi tamsiai mėlyname inde arba medvilnės maišelyje, ydant išlaikytų stiprų aromatą.

Naudojama prie žuvies patiekalų, troškiniuose, arbatose, sriubose.

Skonis – švelniais salsvas, saikingai aštrus, aromatas – žemės riešutų, kakavos ir svajingų gėlių.

Terapinis poveikis – pakelia blužnies kraujodaros pajėgumą, pakelia Chi energiją, ramina širdies kanalą, maitina kaulus ir inkstų rezervuarą.

Rožių žiedlapių švelnieji ryžiai

Šis patiekalas buvo paplitęs Indijos jogos adeptų racione ir žinomas kaip „valgis – aukojimas pateiktas Budai“. Budos mokymo laikais, keliaujantis Buda Šakjamunis sunegalavo. Susirūpinę jo mokiniai kreipėsi į daktarą, gyvenantį netoliese. Garsus gydytojas suglumo išgirdęs mokinių prašymą. Jis ilgai galvojo, ką duoti vaistą, ramų, švelnų ir minkštą, kad nepakenktų jautriai ir skaidriai Budos prigimčiai. Jis sukūrė piliules iš rožių ir ryžių, o mokinius pavaišino švelniaisiais ryžiais.

- 200 g. ryžių (apvalių arba Bismati)
- ½ puodelio pieno
- ¼ a.š. kardamono sėklų
- ¼ a.š. šafrano
- 3 a.š. cukraus
- 3-5 rožių žiedlapiai (baltos, rožinės, geltonos spalvos)
- 1 a.š. rožių vandens

Užmerkti ryžius piene 15 min. Sugrūsti juos (galima archainiu būdu – naudojant medines lentas ir akmenis). Vėliau virti ant žemos ugnies, nuolat pamaišant – kokias 12-15 min. Košė puošiama rožių žiedlapiais, lapeliais, pumpurais.

Naudojama: kaip pasninko gardus maistas, idealiai tinka atsiskyrimams.

Skonis ir aromatas: sotūs, lengvi, vos juntamai saldūs su kartoku atspalviu.

Terapinis poveikis: sušildo inkstus, skrandį, gerina miegą, minkština sąnarius, maitina kraujo kanalus.



Gaivusis rožių jogurtas

- 2 puodeliai natūralaus jogurto (galima naudoti rūgpienį, pasukas)
- 2 valg.š. rožių žiedlapių (kuo įvairesnių spalvų)
- 3 valg.š. neriebaus pieno
- ½ a.š. agar-agaro
- 2 valg.š. trintų migdolų riešutų

Ištrinti jogurtą su pieneliu ir medumi ir lėtai įsukamaisias judesiais sudėti visus ingredientus. Išmaišius atšaldyti pavėsyje.

Skonis ir aromatas: gaivus, tonizuojantis aromatas su lašeliu šilumos ir duonos kvapo. Skonis – vėsinantis, salsvai rūgštus, su lengva aitrumo nata.

Terapinis poveikis – maitina brangenybių kriauklę ir 7 jūrų substancijas (smegenis ir kaulų čiulpus), tonizuoja blužnį, skrandį ir inkstus, maitinančiai veikia plaučius, raumenis, reprodukcinis skysčius.

Gaivioji rožių varškė (Sandesh)

- 1 puodelis grūdėtos naminės varškės
- 2 valg.š. cukraus
- 5-7 lašeliai rožių vandens
- 2 valg.š. rožių žiedlapių (susmulkintų)
- ½ puodelio miežių miltų

Iš šių kvapnių ingredientų daromi kukuliai ir verdami lengvai pasūdytame vandenyje (3-5 minutes). Tiekama su lydytu sviestu (ghee).

Skonis ir aromatas: sotus ir lengvas, saldžiai sunokusio skonio, dvelkia riešutais. 6 skoniai, dominuoja prigesintas salsvai aitrus.

Idealiai tinka pusryčiams prieš rytines meditacijos – kontempliacijos praktikas, nes išlaiko sąmonę ir 5 jusles švarias.

Terapinis poveikis – maitina kraują ir Chi, stiprina blužnį, atstato sąnarių minkštumą, švelniai reguliuoja skysčių tėkmes, leidžia intensyviai mąstyti, išlaikyti pusiausvyrą tarp fizinės ir psichinės veiklos.



Rožių spagetti

- 150 g. spagečių
- 2 valg. š. cukraus
- 2 valg. š. ghee sviesto
- ½ valg. š. rožių vandens
- 3 puodeliai nenugriebto pieno
- 1,5 puodelio šviežių rožių žiedlapių
- 2 valg. š. smulkintų mig
- dolų riešutų
- Druskos – vos pagal skonį

Spagečiai išverdami piene, išvirus gardinama ghee ir rožių vandeniu. Rožių žiedlapiai sutrinami su vandeniu ir cukrumi, pateikiami kaip rožių dažinys. Patiekalas apibarstomas migdolų riešutais.

Idealus patiekalas vakarienei karštą vasaros dieną.

Skonis ir aromatas: saldžiai sūrus, pradžioje maitinančiai šildo, vėliau vėsina.

Aromatas gėlių su riešutų, kadagio natomis.

Terapinis poveikis: atstato tulžį, ramina kepenų kanalą, valo kraujo indus, išvalo toksinus storajame žarnyne ir blužnyje, švelniai atpalaiduoja nugaros raumenis, išlygina Chi.

Rožių žiedlapių džemas (Armėnijos vienuolyno receptūra)

- 200 g. rožių žiedlapių (idealiai ryškiai ir tamsiai raudonų)
- 600 g. cukraus
- 600 ml tyro šaltinio vandens
- 1 nedidelė citrina

Pradžioje labai svarbu švelniai žiedlapius perrinkti, perplauti tyrame vandenyje ir iškedenti it plunksnas. Sudėti į didelį indą su cukrumi ir citrinos sultimis ir maišyti rankomis. Taip išgausite vientisą kvapnią pastą. Toliau reikia suberti aromatingą masę į didelį puodą su vandeniu ir virti tol, kol cukrus galutinai ištirps, sukietės ir rožių žiedlapiai nebeplaukios paviršiuje. Tai užtruks apie 30 min. Atminkite, kad šis džemas gaminamas iš švelnių žiedlapių, ne vaisių minkštimo, taigi jis turi būti labiau kaip sirupas – šilko konsistencijos.

Pirmąkart ši nuostabi receptūra paminėta 1891 m. švenčiant šv. Lozarą Armėnijos vienuolyne.

Tinka prie visų pasninko valgių, lakštinių, skrilių, lietinių, grūdų košių, prie arbatos ir kaip ypatingas sielos vaistas – su lydytu sviestu.

Skonis ir aromatas: saldžiai kartus, gaivaus barchatinio skonio.

Terapinis poveikis: maitina kraujo indus, naudojamas su pienu maitina nervus ir raumenis, gerina geltonųjų vandenų tekėjimą (limfos darbą), aktyvuoja inkstų ir blužnies kanalus, maitina San Jao ir perikardą.

Rosolių likeris iš tamsių rožių

- 4 puodeliai barchatinių tamsių rožių žiedlapių
- 2 puodeliai stipraus brandinto viskio
- 2 puodeliai cukraus
- 2 puodeliai itin šalto vandens

Švariu rasojančiu vandeniu perplaukite rožių žiedlapius, paruoškite sirupą – išvirkite jį iš vandens ir cukraus. Supilkite brandintą viskį ir sirupą ant žiedlapių, gerai išpurtykite. Laikykite 3 mėnesius tamsioje, vėsioje, gerai prapučiamoje vietoje.

Naudojama sultinių ir žuvienės skaninimui, patiekalų iš grūdų gardinimui (mažomis dozėmis).

Skonis ir aromatas: šildantis, vėliau termoreguliuojantis, aistringai saldus.

Terapinis poveikis: išstumia gleives iš inkstų ir plaučių kanalo, judina Chi ir kraują, šalina energijos sąstingį, didina virškinimo šilumą, tonizuoja blužnį, kasą ir saikingai – perikardą.



