



ЧАБРЕЦ

Под соснами в песчаннике растет лесной чабрец,

Он послан Богородицей — здоровья кладенец.

Эти незамысловатые строки как нельзя лучше характеризуют чабрец — тимьян ползучий, Богородичную травку, как называла его моя бабушка. На Успение Пресвятой Богородицы было принято украшать иконы и храмы благоухающими цветами чабреца. Именно поэтому и синонимом чабреца стали: богородская трава. Также по некоторым сведениям тимьян-чабрец в сельских церквах применяли вместо дорогого ладана. Неспроста еще одним названием чабреца является «фимиамник» (от слова фимиам).

В народе чабрецу приписывают просто чудодейственные свойства, называя его травой от всех болезней.

Чабрец — красивейший маленький полукустарничек до 15 см высотой, цветоносные стебли у него слегка приподнимающиеся, листья эллиптические до 1 см длиной, с железками, наполненными ароматнейшим эфирным маслом.

В лесу издали видно его розово-фиолетовые цветки, собранные в головчатые соцветия в виде кисти. Это прекрасное цветение мы можем наблюдать с конца мая по самый сентябрь.

Произрастает чабрец на песчаных почвах в лесах Евразии, от Скандинавии до Средиземноморья и от Британии до Восточной Сибири.

Надземная часть тимьяна-чабреца содержит эфирное масло приятного пряного запаха с обширным химическим составом, благодаря которому чабрец имеет потрясающий аромат и лечебные свойства. Также в чабреце мы найдем флавоноиды, дубильные вещества, камеди, смолы, олеаноловую и урсоловую, кофейную, хинную кислоты, сапонины, горечи.

Полезные свойства чабреца в питании

Чабрец — великолепный медонос, дающий нашим пчелкам много нектара, из которого они изготавливают ароматнейший и полезнейший мед.

Чабрец активно используется в парфюмерии. Применяется как ароматная заправка в кулинарии.

Чабрец имеет приятный, сильный остро-пряный аромат, горький вкус. Его кулинары добавляют к копченостям, к мясу — свинине, баранине, к мясным паштетам. В пост чабрец очень хорошо подходит к грибным блюдам и чечевице.

В не очень больших количествах его добавляют к творогу и сыру, к дичи и телятине, к рыбе жареной и печени. В качестве приправы при замачивании куриного мяса для шашлычков тоже весьма приятен (по собственному опыту).

Листья чабреца используются в консервировании и приготовлении напитков, чаев и коктейлей. В чай его надо добавлять буквально щепотку на заварной чайник, чтобы не испортить вкус чая.

Существует рецепт водки с листьями чабреца. Но это скорее средство для лечения от алкоголизма, чем спиртной напиток. Правда, это мое личное мнение.



Полезные свойства чабреца в медицине

Тимьян-чабрец имеет бактерицидные свойства, а также прекрасно заживляет раны. Лекарства из Богородичной травки успокаивают боль и нервную систему. Доказаны и антипаразитарные свойства чабреца, а также противогрибковое действие. Отхаркивающие свойства в сочетании с бактерицидным действием чудесно сочетаются при лечении инфекций дыхательных путей.

В народной и официальной научной медицине чабрец занимает одно из ведущих мест.

Трава чабреца, собранная во время цветения, обмолоченная и высушенная на открытом воздухе в тени хранится 2 года. В медицине применяют веточки чабреца с листьями.

Они в виде настоев, отваров, сборов и экстракта используются:

при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей

в составе комплексной терапии инфекционно-воспалительных заболеваний дыхательных путей (трахеит, бронхит, бронхопневмония)

при туберкулезе,

при судорожном синдроме,

в виде настоя местно для полосканий при воспалительных заболеваниях полости рта и глотки

Применяется наружно эфирное масло чабреца в растираниях при болях в мышцах и суставах, при укусах комаров и мошек: делается косметическая 10% смесь из 10 мл эфирного масла чабреца и 90 мл масла оливкового.

В народной медицине чабрец применяют при невралгии, при болях в суставах, мышцах в виде ванн и примочек, в составе сложных сборов при неврозах, при гипертонии и как мочегонное средство.