

KÄYTÄNNÖN YRTTIKORTIT 2



52 uutta
yrtti-
keräily-
korttia!

Henriette Kress

Ryyti- tai rohtosalvia



Salvia officinalis L. Lamiaceae, huulikukkaiset.



Käytä: lehti.

Salvia on sekä karvas että mausteinen. Se vahvistaa varsinkin rasvan ruoansulatusta.

Salvia vähentää maidon tuotantoa ja hikoilua, jos sitä otetaan kylmänä (mm. kylmä tee, tai alkoholiuute kylmässä vedessä). Kuumassa juomassa se lisää molempia.

Salvia on tehokas erilaisiin keuhko-ongelmiin. Ota sitä, jos sinulla on pitkä-aikainen yskä.

Käytä: mausta rasvaisia ruokia salvialla. Kortti no. 57

<http://www.henriettes-herb.com>



© 2017 Henriette Kress

Oregano, mäkimeirami



Origanum vulgare L. Lamiaceae, huulikukkaiset.



Käytä: lehti, kukkiva latva, maanpäällinen yrtti.

Oregano on mausteinen makeahko yrtti, joka tunnetaan laajalti pitsamausteena.

Kotoinen mäkimeirami on hyvin elinvoimainen, mutta maultaan aika heikko. Käytä vahvempia lajeja yskään sekä ruoansulatusta vahvistamaan.

Oreganoöljyssä on usein halpoja eteerisiä öljyjä, jotka tuoksuvat vähän sinnepäin. Öljyä ei pidä käyttää kaikkiin vaivoihin, sillä se on tiiviste.

Käytä: mausta rasvaisia ruokia salvialla. Kortti no. 58

<http://www.henriettes-herb.com>



© 2017 Henriette Kress

Happomarja



Berberis L. Berberidaceae, happomarjakasvit.



Käytä: keltaiset osat puusta, kaarnasta ja juuresta.

Happomarjan karvaat osat ovat keltainen juuri, kaarna ja puuaines. Nimensä happomarja on saanut happamista marjoista. Myös kukat ja lehdet voivat olla kirpeitä. Karvaan makuiset osat vahvistavat ruoansulatusta ja alitehoista maksaa. Anna niitä teenä tai uutteenä sellaisille, joilta sappirakko on leikattu. Käytä niitä myös allergioihin, ihottumiin, vaikeuksiin kestää helleaaltoja sekä alhaiseen verenpaineeseen.

Käytä: marja. Herkullinen mm. hillona. Kortti no. 59

<http://www.henriettes-herb.com>



© 2017 Henriette Kress

Vadelma



Rubus idaeus L. Rosaceae, ruusuheimo.



Käytä: lehti, marja.

Vatun lehdistä on paljon hivenaineita. Ne ovat supistavia ja vahvistavat lantion seudun elimiä. Siivilöi tee kahvisuodattimen läpi, niin vältät limakalvoja ärsyttävät piikit. Vältä vadelmanlehtiteetä kolmen ensimmäisen raskauskuukauden aikana.

Marja on kirpeä ja siksi viilentävä. Käytä sitä kuumeeseen ja kesähelteellä.

Käytä: marja. Herkullinen mm. hillona. Kortti no. 60

<http://www.henriettes-herb.com>



© 2017 Henriette Kress



Käytännön yrttikortit

<http://www.henriettes-herb.com>

© 2017 Henriette Kress



Käytännön yrttikortit

<http://www.henriettes-herb.com>

© 2017 Henriette Kress



Käytännön yrttikortit

<http://www.henriettes-herb.com>

© 2017 Henriette Kress



Käytännön yrttikortit

<http://www.henriettes-herb.com>

© 2017 Henriette Kress

KÄYTÄNNÖN YRTTIKORTIT 2

KÄYTÄNNÖN YRTTIKORTIT 2



52 uutta
yrtti-
keräily-
korttia!

Henriette Kress

KÄYTÄNNÖN YRTTIKORTIT 2


Sisältö

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 89 Anisiiso | 55 Mustikka |
| 95 Anisruoho | 62 Mänty |
| 68 Basilika | 58 Oregano |
| 63 Fenkoli | 92 Pihlaja |
| 59 Happomaifja | 65 Piikiohdake |
| 87 Humala | 75 Porkkana |
| 85 Iisoppi | 77 Pujo |
| 61 Inkiwääri | 93 Punakärpässieni |
| 98 Kaakao | 69 Päivänkakkara |
| 54 Kahvi | 102 Raate |
| 96 Kalmojuuri | 67 Reunuspäivänkukka |
| 74 Kamomilla, roomalainen | 103 Rohosalkoruuusu |
| 91 Kanerva | 78 Rosmarini |
| 56 Katja | 101 Sappi |
| 71 Kaunokainen | 57 Salvia |
| 90 Kaunokki | 100 Sinappi |
| 66 Konnanyrtti, lilja- | 73 Siveyspuu |
| 99 Koranteri | 104 Syyjäjuuri |
| 97 kylmänkukka | 53 Tarha-ajuruoho |
| 84 Kaura | 70 Tuja |
| 79 Leskenlehti | 82 Tuoksumatara |
| 64 Maarianohdake | 60 Vadelma |
| 86 Maissi | 94 Valkopeippi |
| 81 Mukulaleinikki | 88 Valkospuli |
| 83 Mustaherukka | 80 Vesheinä |
| | 72 Voikukka (kukka) |
| | 76 Väinimittu |

KÄYTÄNNÖN YRTTIKORTIT 2

KÄYTÄNNÖN YRTTIKORTIT 2

B



Tässä on 52 yrttikeräilykorttia lisää.
Korteissa on tiivistettyä tietoa eri yrteistä.

Korttien värit muuttuvat heimoittain.

Korttien toisella puolella on vain kasvin kuva. Voit korttien avulla oppia kasvien nimet, käytöt, latinankieliset nimet ja heimot.

Henriette Kress on kirjoittanut useita yrttikirjoja sekä kasviaskartelukirjan. Hän on toiminut vuosikymmeniä yrttiterapeuttina. Hän ylläpitää yhtä maailman suurimmista yrttisivustoista: <http://www.henriettes-herb.com>