

MEDICINHAVERNES JULEKALENDER

Velkommen til den enogtyvende låge i Medicinhavernes
julekalender!

21. december 2020.

På årets korteste, mørke dag fortæller vi om det sorte brombær.



BROMBÆR

Man kan næsten ikke forestille sig julens æbleskiver uden brombærsyltetøj, og på Langeland vokser der masser af brombær i hegnene.

Når bærrerne er ved at modne, er de røde, og de bliver helt sorte som modne. De søde og saftige bær kan plukkes i august-september, og helt hen i november kan man finde enkelte modne bær.

De modne frugter indeholder antocyaner, pektin, flere B-vitaminer og en lille mængde C-vitamin. Endvidere er bærrerne en kraftig antioxidant. Alle anvendelige dele er sammentrækkende, blodstillende og antiseptisk.

Allerede i oldtidens Grækenland blev brombær anbefalet til gurgling mod dårlig hals, og i Danmark har brombær været brugt medicinsk siden oldtiden. Afkog af frugter og blade har i folkemedicinen været anvendt til heling af sår.

Brombær har haft mange lokale navne, så som sortbær og rivetorn. Talrige stednavne på Nordlangeland er afledt af ordet brombær, f.eks. har stednavnet Bremholm været kendt siden 1385. Ligeledes findes Bremlevænget, Bremlevængeskoven, Bremholmgården og Bremholmhuset.

I Medicinhaverne i Tranekær dyrkes der brombær i "Haven for åndedræt og kredsløb, i "Haven for urin og kønsveje", og der vokser vilde brombær i hegnene omkring Medicinhaverne.

Du er tilmeldt Medicinhavernes nyhedsbrev, som udsendes 10-12 gange årligt. Helt ekstraordinært sendes nyhedsbrevet som julekalender hver dag fra 1. til 24. december 2020.

[Tilmeld Medicinhavernes julekalender og nyhedsbrev](#)

[Afmeld Medicinhavernes julekalender](#)

Følg også Medicinhaverne på

<http://medicinhaverne.dk/>

eller på Instagram: [instagram.com/medicinhaverne_tranekaer/](https://www.instagram.com/medicinhaverne_tranekaer/)

eller på Facebook: Medicinhaverne Tranekær



Julekalenderen og nyhedsbrevene udsendes af

Medicinhaverne i Tranekær, Botofte Strandvej 2A, 5953 Tranekær

medicinhaverne@mail.dk, mobil 21 84 78 22

Redaktør: Lise Munk

Tekst: Helle Ravn

Foto: Helle Ravn mfl.