

Harte Schale mit grosser Wirkung



Fotos: pixabay.com

An Ostern feiern die Eier ihren grossen Auftritt. Wissen Sie, warum Eier so eng mit Ostern verbunden sind? Und kennen sie die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten der Eierschalen? Wir haben für Sie einige wertvolle Tipps zusammengestellt.

Die Ostertage stehen bevor. Und mit ihnen die Hochkonjunktur von Eiern, am liebsten bunt bemalt. Doch woher stammt der Brauch mit den Ostereiern? Im Christentum wurde das Ei zum Symbol für die Auferstehung von Jesus Christus: Von aussen wirkt es kalt und tot, doch aus seinem Inneren erwächst neues Leben. Somit stand das Ei symbolisch für das Grab in Jerusalem, aus dem Jesus Christus am Ostermorgen von den Toten auferstand. Doch es gibt auch praktische Gründe, weshalb sich Eier zum Ostergeschenk mauserten: Seit dem Mittelalter verbot die Kirche in der vorösterlichen Fastenzeit den Verzehr von Fleisch und Eierspeisen. Die Folge war,

dass sich vor Ostern grosse Mengen an Eiern ansammelten. Damit der Eierüberschuss nicht verdarb, wurden die Eier abgekocht und haltbar gemacht. Den um Ostern oft fällig gewordenen Pachtzins entrichteten die Bauern üblicherweise mit den angesammelten Eiern. Die restlichen wurden verziert, zur Weihe in die Kirche mitgenommen und anschliessend verschenkt. Es ist zudem belegt, dass sich armenische Christen bereits in den ersten Jahrhunderten nach Christus zum ersten Mal Eier schenkten. Dort hatten sie keine praktische Bedeutung, sondern waren ausschliesslich ein Symbol für das neue Leben.

Entgiftung

Neben der mythologischen und religiösen Bedeutung sind Eier bzw. die Eierschalen auch aufgrund ihrer physischen Zusammensetzung wertvoll. Eierschalen bestehen zu mehr als 90 Prozent aus Calcium. Darüber hinaus zeichnen sie sich durch weitere Substanzen aus, die ebenfalls sehr gesunde Wirkungen



Eierschalen setzen sich aus verschiedenen, wirkungsvollen Substanzen zusammen.

vorweisen. So lässt sich mit Eierschalen zum Beispiel ein Getränk zur Entgiftung des Körpers mischen. Denn die in der Eierschale vorhandenen Vitamine und Mineralstoffe sind eine ausgezeichnete Ergänzung, um die körpereigenen Entgiftungsprozesse zu fördern. Es wird empfohlen, die Eierschalen mit dem Mörser zu pulverisieren und mit Wasser zu vermischen. Nach einer Woche Lagerung im Kühlschrank sollte man zwei Gläser davon pro Tag trinken.

Bei Magenbeschwerden

Bei Magenbeschwerden wirken Eierschalen ebenfalls heilend. Sie regulieren den pH-Wert im Magen und

reduzieren unangenehme Beschwerden wie Sodbrennen, Gastritis oder gewöhnliche Bauch- und Magenschmerzen. Als Zutaten braucht es dazu: 1 Eierschale, ¼ Teelöffel Kaffee (1,2 g), 1 Esslöffel Zitronensaft (10 ml), ½ halbes Glas Milch (100 ml). Die gut gewaschenen Eierschalen werden im Mörser pulverisiert und anschliessend mit dem Kaffee und dem Zitronensaft vermischt. Nachdem die Milch erhitzt worden ist, kann sie mit den restlichen Zutaten vermischt werden. Davon dann zwei Tassen täglich trinken, am besten auf leerem Magen.

Wundheilung

Weiter eignen sich Eierschalen als wundheilendes Mittel. Diese Wirkung verdanken sie der feinen Haut, die am Inneren der Eierschale haftet. Diese Haut enthält wundheilende Nährstoffe, die dann bei oberflächlichen Hautwunden sehr wirksam sind. Entweder wird nur die feine Haut der Eierschale verwendet, oder man vermischt sie mit etwas Olivenöl, um noch bessere Effekte zu erzielen. Für die Zubereitung wird die Innenseite der Eierschale mit etwas Olivenöl befeuchtet und dann direkt auf die betroffene Körperstelle gelegt. Die Anwendung sollte zweimal täglich wiederholt werden.

Peeling

Ebenfalls wohltuend für die Haut ist ein Peeling aus Eierschalen. Als Zutaten braucht es neben einer Eierschale noch ein Eiweiss. Nachdem die Eierschale gründlich gewaschen und im Mörser pulverisiert worden ist, vermischt man sie mit dem Eiweiss.



In Eierschalen lassen sich Setzlinge ziehen.

Diese Mischung wird dann auf die Gesichtshaut aufgetragen. Sobald die Maske trocken ist, kann sie mit einer sanften, kreisförmigen Massage entfernt werden. Es wird empfohlen, diese Maske zweimal pro Woche anzuwenden.

Zum Basteln

Die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von Eierschalen machen auch beim Basteln nicht Halt. Nach dem Osterbrunch können die farbigen Eierschalen dazu benutzt werden, einen Bilderrahmen aufzupeppen. Dazu werden die Eierschalen in mittelgrosse Stücke zerteilt und danach mosaikartig auf den Bilderrahmen geklebt. Dasselbe

funktioniert zum Beispiel auch bei einem Spiegel mit Rahmen, Buchstützen oder einem Notizbuch mit Hardcover.

Setzlinge ziehen

Auch der Garten bzw. die Pflanzen profitieren von den positiven Eigenschaften der Eierschalen. So lassen sich mit Eierschalen und Eierkartons ganz einfach Setzlinge selbst ziehen. Und so geht es: Zuerst ein winziges Loch in die Eierschalen stechen (zum Beispiel mit einer feinen Nadel oder einem Reissnagel), sodass überschüssiges Giesswasser in den Karton abfliessen kann. Dann die Schalen mit Erde und ein bis zwei Pflanzensamen befüllen. Sind die Keime zu sehen, kann man diese samt der Eierschale ins Beet pflanzen. Die Eierschale zersetzt sich in der Erde langsam und liefert wertvolle Nährstoffe für die Grünpflanzen.

Düngemittel

Apropos wertvolle Wirkstoffe: Eierschalen geben für alle Pflanzen einen Top-Dünger ab und sind zum Beispiel für Tomaten ideal. Grund: 90 Prozent der Schale besteht aus Kalzium. Gleichzeitig liefert sie weitere wichtige Mikronährstoffe wie Eisen, Fluor, Kupfer, Zink und Silicium. Werden die Schalen klein gehackt, zersetzen sie sich in der Erde schneller. Man kann die Schalen aber auch direkt aufs Beet bzw. in den Pflanzentopf streuen.