Különleges Feng Shui receptek!
Ötletes karácsonyi ajándékok
2. rész.

"Jól és sokat ad az, aki az ajándékkal mosolyt is ad."

Az első részben (*Különleges Feng Shui receptek! A Víz elem íze a sós 1. rész.*) megismerkedhettünk a Feng Shui és az egészséges táplálkozás alapvető összefüggéseivel, valamint a Víz elem energiaminőségével és egy különleges recepttel.

A második részben, igazodva a sebesen közeledő karácsonyhoz, néhány gyors, egyszerű és olcsó ajándékötletet mutatok be a Feng Shui elemek tulajdonságainak felhasználásával.

Emlékeztetőül az öt elem ízvilága, mely ritkábban önállóan, a leggyakrabban azonban egymással keveredve jelenik meg ételeinkben a táplálkozás során.

Az öt elem ízvilága megfelel az eddigiekben megismert öt ősi elem által képviselt energiaminőségnek.

A sós íz a Víz elem energiaminőségét személyesíti meg,
a savanyú íz a Fa elemet,
a keserű íz a Tűz elem sajátja,
az édes íz a Föld elem jellegzetessége,
a csípős íz a Fém elem képviselője.

Az egészséges táplálkozásban arányosan szerepet kell kapjon az öt elem energiaminősége, hiszen a csí, azaz az éltető energia csak akkor áramlik egyenletesen, ha nincs az elemek között arányeltolódás.

Az édes íz a Föld elem energiaminősége:

Néhány alapanyag a teljesség igénye nélkül.
Cukor, méz, olaj félék, szirupok, mazsola, édes gyümölcsök, datolya, édes alma, körte, őszibarack, szőlő, szilva, dinnye félék, banán, zöldborsó, cukkini, padlizsán, karfiol, gomba, bab, paprika, burgonya, édes burgonya, kukorica, fehér rizs, barna rizs, árpa, köles, amarant, kenyér félék.
A folyadékok közül az édesgyökér tea, kukoricabajusz tea, tej, édes likőrök, sör félék.

Recept a Föld elem jellegével:

Ez a recept nagyon egyedi és gyógyhatású, hiszen a méz a télies hónapok kiváló torokvédője. Néhány szintén föld elemű növénnyel fűszerezve, saját kezűleg, karácsonyi csomagolással készítve pedig szívmelengető ajándék lehet szeretteink számára.

Mézes dió

Hozzávalók:
1 kisebb méretű különleges alakú üveg, tetővel
1 db mandarin (vagy narancs) héja
1 nagy marék pucolt dió
1-1 csipet egész fahéj, szegfűszeg, szegfűbors
kb. 2 dl méz

Serpenyőben a nagy marék diót megpirítjuk, majd a tűzről levéve kihűlés közben a lepergő héjakat lemorzsolgatjuk. Ha nehézkesen megy, használjunk hegyes kést, azzal könnyebb a barázdákkal elbánni. Egy másik lábaskába öntsük bele a mézet, lassú tűzön néha kevergetve, olvasszuk fel és közben a mandarin héját vágjuk apró és vékony csíkokra vagy kockákra és dobjuk a többi hozzávalókkal (1-1 csipet egész fahéj, szegfűszeg, szegfűbors) a mézbe. Mielőtt forrni kezdene vegyük le a tűzről és kanalazzuk a

díszüvegbe. Kész is van, most már csak szépen csomagolni szükséges, ha kihűlt.

A csomagoláshoz tetszés szerinti csomagolóanyag választható, azonban a celofán az átlátszósága miatt kedvezőbb. A mandarin héjából formázott kis csillaggal mosolygóssá válik remekművünk.

A mézes dió díszüvegben vagy a mézeskalácsból formázott karácsonyfa figura, kiváló ajándék lehet Föld elemű ismerőseink, szeretteink számára. Kiegészítésül illeszthetünk hozzá illatos díszgyertyát, füstölőt vagy illóolajat a következő illatok közül. Narancs, graefruit, citrom, vanília, rózsa, jázmin, geránium, ylang-ylang, szantál, fenyő, bazsalikom, rozmaring.

Hasonló ajándékötlet a különféle olajokból pillanatok alatt elkészíthető és szintén a Föld elemhez sorolható zöld fűszerekkel ízesített olaj.

Zöld fűszerekkel ízesített olaj

Hozzávalók:
1 hosszúkás nyakú közepes méretű üveg

1 fej fokhagyma
2 szál bazsalikom
1 szál rozmaring (vagy kakukkfű)
kb. 2-3 dl hidegen sajtolt szűz olívaolaj vagy tiszta napraforgó olaj
1 csipet egész bors (fekete vagy fehér)
1-2 db babérlevél
2-3 szál petrezselyem levél

Ennek az ajándéknak az elkészítése megdöbbentően kevés időt igényel. A friss zöld fűszereket váltakozó sorrendben tömködjük bele a hosszú nyakú üvegbe egy pálcika segítségével és öntsük rá egy tölcséren keresztül az olajat. Dugóval zárjuk le és érleljük a hűtőben 1-2 hétig, de közben minden nap egyszer rázzuk fel, persze a dugóra ügyeljünk, hogy a helyén maradjon. Karácsonykor már csak egy kis díszcsomagolás szükséges, rafia vagy bármilyen természetes anyag és kész a tökéletes ajándék az ínyenc Föld jegyű szerettünk számára.

Zöld fűszeres almaecet

Igazodva a Feng Shui Föld és egy kicsit az ecet révén a Fa elemhez, valamint az előző recepthez rövid idő alatt elkészíthető a friss gyümölcskoktélokhoz salátákhoz vagy szószokhoz, süteményekhez, karácsonyi ajándékként, a zöld fűszeres almaecet vagy borecet.

Hozzávalók:
1 csinos kis üveg vagy kisebb méretű kancsó
1 db citrom (vékonyra karikázva és a héja spirálisan hámozva díszítésül)
1-2 szál bazsalikom
1-2 szál citromfű vagy kakukkfű
1-1 csipet egész fahéj, szegfűszeg, szegfűbors
2-3 dl almaecet vagy borecet

A fűszernövényeket és a fél citromot karikázva tegyük egy tálba, az ecetet forraljuk fel egy

serpenyőben és öntsük rá a fűszernövényekre, hagyjuk így 2-3 napig míg az ízek összeérnek. Megszűrve öntsük a csinos kis üvegbe, majd helyezzünk el benne néhány szál zöld fűszert és pár karika citromot díszítésül. Javasolt elfogyasztani 3 hónapon belül.

Ajándékozás előtt díszítésül faragjunk az üveg szája köré vagy a dugó tetejére a citrom héjából egy kis illatspirált.

Remélem sikerült számos hasznos ötlettel megörvendeztetni olvasóimat karácsony előtt, amikor még van elég idő elkészíteni ezeket az ötletes és mégis minden nap használható egyedi, a Feng Shui szerint tudatosan és saját kezűleg alkotott ajándékokat.

Kérdezz ha tudni szeretnéd szeretteid melyik elemhez tartoznak, és ismerkedj meg a lehetőségeiddel.

Élj harmonikusabb életet a Feng Shui segítségével. Válassz a Neked legmegfelelőbb

szolgáltatások vagy mandalák közül karácsonyra a www.harmonikusvilag-fengshui.hu oldalról.

Sok szeretettel

Bányász Imréné Marika
okleveles Feng Shui tanácsadó
www.harmonikusvilag-fengshui.hu