

Almindelig Rosenrod

*Rhodiola rosea*

Almindelig Rosenrod er en flerårig stenplante, der vokser i bjergegne, hvor grunden ofte bliver oversvømmet.

Den antages at stamme fra Kina.

Den har en opstigende vækst fra en tyk, duftende jordstængel der krones af en gul blomsterkvast med hårløse kødfulde stængler og blade.

Blomstringen sker juni-august.

Frøene sidder i orange bælgkapsler.

Den findes langs Norges kyst helt op til Finnmarken og på det meste af den nordlige halvkugle.

Rosenrod angives at forbedre iltoptaget, mindske stress, og styrke vitaliteten alment.

Produkter af Rosenrod sælges herhjemme som kosttilskud, der bl.a. hævder at fremme hårvæksten.

Planten er meget rost og den omtales, som energigiver og balanceskaber.