

Uzdrowiające zioła i przyprawy

Dodany przez Redakcja

czwartek, 22 stycznia 2015 21:30 - Poprawiony czwartek, 22 stycznia 2015 21:34

Domowa apteka nie musi być pełna pigułek i suplementów. Można leczyć się, zachować energię i przeciwdziałać wielu schorzeniom, korzystając z tego, co oferuje nam sama natura.



Rozmaryn

Blokuje rakotwórcze związki powstające przy grillowaniu mięsa. Olejek rozmarynowy wzmacnia zdolno



Cynamon

Odrywa dużą rolę w regulacji poziomu cukru we krwi, co jest ważne dla diabetyków i osób odchudzają



Oregano

Jest bogate w witaminę K, żelazo i magnez. Zabija bakterie E.coli, salmonellę i większość patogenów u



Goździki

Bogate w antyoksydanty i od dawna używane w leczeniu bólu zębów i dziąseł. Pomocne są również pr



Imbir - antyoksydantów, jakie zawiera w sobie, przekracza pięćdziesiątkę! Pomaga na problemy z trawieniem.



Kurkuma - taki ładny, żółciutki kolor to zasługa substancji zwanej kurkumina, która zwalcza komórki rakowe.



Goździki - mający właściwości antybakteryjne związek AITC, występujący też w chrzanie i wasabi. Potrafi spowolnić procesy starzenia.