

Чесночная шелуха продлевает МОЛОДОСТЬ



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/chesnochnaya-sheluha-prodlevaet-molodost/>

Белую шелуху от чеснока не выбрасывайте когда вы его чистите. А собирайте её и храните. Это ценнейшее средство для продления молодости. Для этого каждый месяц надо пить напиток, приготовленный из белой шелухи чеснока. Этот напиток очень прост в приготовлении: надо взять горсть шелухи белого чеснока и залить её стаканом кипятка. После того, как чайник вскипит, надо подождать от 1 до 3 минут, и только потом залить водой шелуху. Пить целебный напиток можно только после того, как вода в стакане совсем остынет, это примерно через 6-8 часов. Нельзя ни в коем случае пить горячий или даже слегка теплый напиток. В один день надо выпить 4 стакана целебного напитка. Его можно приготовить заранее, потому что обычно напиток долго остывает. Мужчины должны пить напиток из белой шелухи чеснока с 10 по 20 числа любого месяца. А женщины могут это делать с 20 по 30 число. Ваша кожа скоро станет идеальной. Так что белую шелуху не выбрасывайте, а собирайте её. Она вам очень пригодится для приготовления чудесной воды.

Так чем же чесночная шелуха так полезна? Какие целебные вещества там присутствуют? Если взять кусочек чешуи чеснока и посмотреть под микроскопом, то можно обнаружить кубические кристаллики кверцетина уложенные рядами.

Исследования показали, в чесночной и луковой шелухе содержится 4% антиоксиданта, бифлавоноида - кверцетинина.

Натуральное биологически активное вещество, относится к группе витамина Р.

Действующее вещество - Кверцетин: 3,5,7,34-Пентаоксифлавоны. Является агликоном рутина.

Химическая формула $C_{15}H_{10}O_7$ Молярная масса 302,236 г/моль, жёлтые кристаллы

Плотность 1,799 г/см³;

Это замечательное и шумно знаменитое сегодня вещество тоже связано с яблоками. Они, наряду с луком, чесноком и зеленым чаем, считаются основным источником кверцетина. А поскольку кверцетин по тем или иным причинам большинству из нас нужен в повышенных дозах, то получать его надо из всех этих источников и по возможности ежедневно. Известный доктор Аткинс считал кверцетин лучшим антигистаминным средством и прописывал его своим пациентам, страдающим разными формами аллергии. Однако большинству врачей он известен как средство профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. У людей, потребляющих много кверцетина, значительно ниже риск инфарктов и инсультов и вероятность образования тромбов.

Чеснок против шума в голове - рецепт настойки

Кто бы мог подумать, что найденное учёными, древнекитайское гомеопатическое средство, записанное на табличках пятитысячной давности, является доступным и сейчас!!! Это средство очищает организм от жиров, вредного холестерина и известковых отложений, резко улучшает обмен веществ в организме. Это средство делает сосуды эластичными, оно является профилактикой инфаркта миокарда, стенокардии, склероза, образования различных опухолей. А ещё от этого средства исчезают головные боли, шум и звон в ушах, улучшается зрение. Кроме всего, это средство восстанавливает иммунитет, помогает ускорить обмен веществ. Это волшебное средство - чеснок! Точнее - чесночная настойка. Если сделать её не отходя от рецептуры и принимать регулярно, то почувствуете эффект омоложения организма - проверено.

Как готовить чесночную настойку

Взять и почистить головку чеснока среднего размера (плёночки, которые находятся на зубчиках чеснока не снимать - они особенно полезны!) Потом хорошо вымыть и обдать кипятком, обычный лимон. Снять с него кожуру, положить чеснок и лимонную кожуру в блендер и измельчить. Полученную массу положить в стеклянный сосуд и залить шестьюстами граммами прохладной кипячённой воды. Сосуд закрыть. Пусть настойка постоит в три-четыре дня в холодильнике. Потом её следует процедить, и принимать по 50гр натощак (утром) в течение трёх месяцев. Естественно, приготавливая (заблаговременно, чтобы не было перерыва) новые порции. Курс таков - три месяца приём настойку, затем делаем на месяц перерыв.