

➤ ❖ ➡ ⬇ ⬆ ⬅ ● ◎ ; ■ ★ ◆ + - ⓘ m² m³ ⓪ ✓

<https://radynadzlato.cz/moje-babička-si-vždy-vzala-lžičku-skořice-a-rozmíchala-ji-v-medu-nikdy-bych-nečekala-že-jednou-tento-nápad-vyváží-m-zlatem/2018/04/01/>

ⓘ...Babička si vzala lžičku skořice

Moje babička si vždy vzala lžičku skořice a rozmíchala ji v medu: Nikdy bych nečekala, že jednou tento nápad vyváším zlatem!



Vždycky jsem si myslela, že jde jen o speciální chuť této kombinace, která mým prarodičům velmi chutnala. Pamatuji se, že tuto směs si babička vždy dávala do kávy a také do čaje.

Když byla skořice a med v domě, vždy říkala, že je v něm i zdraví. O účincích této kombinace jsem se dočetla až později a dnes už chápu, proč na ni babička nedala dopustit.

Med a skořice – potraviny, které má doma většina z nás. Věděli jste ale, že spolu jsou mnohem silnější, než každá samostatně. Dokáží být velmi prospěšnými pomocníky při různých problémech. Tajemství spojení těchto dvou potravin znaly již naše babičky. Pokud na lačný žaludek užijete 1 lžičku medu smíchanou s ½ lžičky mleté skořice a zapijete sklenicí teplé vody, pocítíte tyto účinky:

Velká pomoc cukrovkářům i lidem, které trápí játra

Tato zjištění v dnešní době potvrzují i vědecké studie, které přicházejí s poznatky o pozitivním účinku tohoto spojení. Med v malém množství spolu se skořicí působí nejen jako prevence vzniku cukrovky, ale má pozitivní vliv i v případě, když už onemocněním trpíte. Také chrání játra a napomáhá obnovení jaterních buněk.

Rychlé odbourání tukových zásob

Skořice s medem jsou velmi účinnými pomocníky v boji s nadbytečnými kilogramy. Jejich síla spočívá ve stimulaci metabolismu, podpoře správného procesu trávení a rychlejšího odbourávání tukových zásob. Tuto kúru na hubnutí znali už před stovkami let.

Velká pomoc srdci

Přírodní prevence proti nemocem srdce a oběhové soustavy. Med a skořice posilují srdeční sval a přispívají ke stabilizaci srdečního rytmu a krevního tlaku.

Pomohou při slabosti, úzkosti a depresivní náladě

Tyto stavy pociťuje občas každý z nás. Spojení medu a skořice dokáže uklidnit a uvolnit mysl, odbourat stres a napětí. Starší lidé je znají také jako prostředek pro zlepšení paměti a pozornosti..

Posílí imunitu

V jistých obdobích roku jsme obzvlášť náchylní na virové a bakteriální onemocnění různého typu. Med a skořice posilují imunitu a zlepšují tak schopnost organismu bránit se proti nástrahám počasí.

Rychleji se postavíte na nohy

Když jsme byli děti, rodiče nám dávali med rozpuštěný v teplém mléce, abychom se rychleji zotavili z nemoci. Chcete-li svým pacientům připravit skutečně silný podpůrný lék, rozpusťte v mléce lžičku medu a ½ lžičky skořice. Pomohou tělu lépe a rychleji se poprat s nemocí.

Proti vypadávání vlasů

Smíchejte 1 lžici teplého olivového oleje se lžící medu a ½ lžičky skořice. Tuto směs naneste na vlasové kořínky a nechte působit pár minut. Kombinace surovin stimuluje růst vlasových folikulů a posílí strukturu kořínků.

Pomoc při infekcích močového měchýře

Smíchejte 2 lžíce medu a 1 lžičku mleté skořice. Směs rozmíchejte v 1 sklenici teplé vodě a vypijte. Tato kúra pomůže porazit infekci během několika dní.