

سرکه خرمای یک و یک محصولی درجه یک از مواد درجه یک



با وجود اینکه سرکه خرما از قدیمی‌ترین سرکه‌های شناخته شده است اما بسیاری از مردم از سرکه خرما یا فواید و خواص شگفت‌انگیز آن برای سلامتی چیزی نشنیده‌اند

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی (اگرو فود نیوز)، سرکه خرما چیز جدیدی نیست و از حدود ۵۰۰۰ سال پیش به عنوان غذا و دارو مورد استفاده قرار گرفته است. برخی مطالعات اخیر نشان می‌دهد که خواص سرکه خرما از خواص سرکه شراب بالاتر است و ارزش دارویی بالایی دارد، برخی از فواید سرکه خرما عبارتند از:

کمک به کاهش وزن

نوشیدن آن به سرکوب اشتهای شما و کاهش گرسنگی کمک می‌کند.

اگر قبل از غذا مصرف شود، مانع از افزایش قند خون می‌شود. زیرا اسید استیک سرکه مانع از ترشح بیش از اندازه‌ی آنزیمی که مسئول تجزیه نشاسته‌ها برای جذب در خون است، می‌شود.

پیشگیری از سرطان

درست مانند قدرت درمانی دانه‌های زردآلو، مصرف منظم سرکه خرما با خواص آنتی اکسیدانی فراوان آن به جلوگیری از سرطان گوارش کمک می‌کند.

کند.

تقویت قلب

نوشیدنی سرکه یک داروی عالی برای قلب ضعیف است. آنتی اکسیدان کلروژنیک اسید به جلوگیری از اکسیداسیون ذرات کلسترول LDL کمک می کند، از این رو از قلب ضعیف شما محافظت می کند.

زایمان را آسان میکند

اگر به طور مرتب سرکه خرما بنوشید، می تواند درد زایمان را کاهش دهد. گفته شده که حاوی هورمون هایی است که رحم را تقویت می کند و در افزایش شیر به مادران شیرده کمک می کند. از خونریزی بعد از زایمان جلوگیری و همچنین در درمان ضعف بعد از زایمان مؤثر است.

کمک به رفع اختلالات قاعدگی

از فواید دیگر سرکه خرما کمک به تنظیم قاعدگی و کاهش میزان خونریزی دوران پریودی است. مقادیر بالای پتاسیم و کلسیم آن باعث تسکین عضلات داخل رحم و در نتیجه کاهش گرفتگی عضلات می شود.

سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند

سرکه باعث دفع منظم سموم از بدن می شود و این به تقویت سیستم ایمنی کمک خواهد کرد. همچنین به التهاب معده کمک کرده و یبوست را تسکین می دهد. و چون سرشار از آهن و پتاسیم است برای کم خونی مفید است.

درمان خستگی

سرکه به علت داشتن کلسیم و پتاسیم بالا و همچنین جلوگیری از تجمع اسید لاکتیک در ماهیچه ها می تواند در رفع خستگی مفید باشد.

تسکین سرفه

در تسکین گلو درد، سرفه مداوم و رفع خلط کمک میکند.

سردردها را تسکین می دهد

سطح بالای پتاسیم موجود در سرکه به تسکین سردردها کمک می کند.

درمان سوختگی و التهاب پوستی

در طب سنتی از سرکه خرما برای سوختگی و التهاب پوست استفاده می‌شود. مطالعات علمی نشان می‌دهد که سرکه خرما حاوی اسید استیک است که به تسکین التهابات ناشی از سوختگی کمک می‌کند. اسید استیک همچنین دارای خاصیت ضد عفونی کننده و قابض است، از این رو باعث جلوگیری از عفونی شدن محل سوختگی می‌شود.

مشخصات سرکه خرمای یک و یک

وزن ۳۳۰ میلی لیتر ، انرژی ۳۷ کیلو کالری، پروتئین ۲٫۰۶ گرم،
کربوهیدرات ۷٫۲۹ گرم، فیبر ۰٫۱۵ گرم، سدیم ۳۰ میلی گرم

شرکت دشت مرغاب با پشتوانه قدمت بالا، بر خور داری از دانش فنی، فن آوری و نیروهای متخصص خود همواره در صدد بوده است به عنوان یکی از بنیانگذاران و پیشوران صنایع غذایی نوین ایران سطح تعالی و توسعه صنایع غذایی کشور را نیز ارتقا بخشد.

سرکه خرمای یک و یک را می توانید از فروشگاههای معتبر سراسر کشور تهیه کنید.