Автор: admin
26.01.2014 11:59 -

В чем секрет огородной петрушки? Народные рецепты для красоты и здоровья.

Королева Франции Мария Медичи петрушку употребляла при своих нередких депрессиях и при упадке сил. Еще бы! В ней столько витамина С и каротина. Именно это и помогает использовать петрушку в самых разных направлениях – от кулинарии до парфюмерии, и как народное средство от многих недугов.

В старину считали, что петрушка помогает при очень многих заболеваниях и выгоняет злых духов из дома. А одна веточка петрушки, принесенная в дом, приносит долголетие и благополучие семье.

Петрушка помогает бороться с отеками, работая как сильное мочегонное средство. Ведь в 100 г петрушки содержится двухдневная норма витамина С.

Рецепт таков:
150 г свежей петрушки мелко режут и заливают 0,5 л свежего молока. Закрывают плотно крышкой и ставят в духовку томиться. Отвар должен упариться вдвое. Остывает. Процеживают. В первую неделю приема – каждый час по одной столовой ложке. Если режим питья будет выдержан, вы удивитесь быстрому исцелению.

Петрушка поможет снять отек при укусе пчелы или осы. Просто перемолите ее или пошинкуйте, раздробите ступкой и эту кашицу приложите к месту укуса. Забинтуйте. Оставьте на ночь. Уже через несколько минут острая боль пройдет. На утро и следа не останется – все петрушка вытянет.

Вкусная кудрявая травка прекрасно помогает очищать организм – здоровье на лице и налицо! Что, несомненно, способствует сохранению молодости и красоты. Подруги, петрушка и в этом нам поможет!
Итак, на ночь мелко-мелко рубим пучок петрушки и добавляем в стакан кефира или простокваши. Выпиваем. Больше ничего не пьем-не едим. Потрясающий эффект. С одного раза можете и не увидеть, нужна регулярность приема.

Если же в тот же самый кефирно-петрушечный коктейль добавить маленький зубчик чеснока или немного имбиря и мелкорубленый укроп, то этот напиток увеличит обменные процессы. Поможет сбросить лишний вес.

При всех прекрасных свойствах петрушки, есть у нее и противопоказания к применению. Любое лекарство может стать ядом. Сильное мочегонное: значит, при мочекаменной болезни злоупотреблять ею нельзя. Да и вообще злоупотреблять никакими продуктами негоже. При беременности есть петрушку врачи вообще не рекомендуют – сильно стимулирует стенки матки. Может возникнуть угроза выкидыша. Лучше заменить ее укропом.

Петрушка – удивительное растение. Листья содержат много витаминов и хлорофилл. А в корнях – каротин. Очень полезный при слабом зрении. Отбеливает лицо. Снимает отеки.

Одна-две веточки свежей петрушки после еды поможет справиться с пищей вашему желудку и кишечнику. Кроме того, она очистит язык, зубы, десны, сделает дыхание свежим, поможет избавиться от запаха чеснока, лука, рыбы. Почему столько долгожителей на Кавказе, где едят столько мяса? Потому что зелени едят еще больше!

А в замечательном рецепте диетического коктейля «Легкость принцесс» петрушка занимает одно из ведущих мест. Вниманию всех худеющих! Рецепт просто потрясающий. Быстрый и очень полезный.
Один крупный огурец очищаем. Нам нужна клетчатка, заполнитель. В стакан свежей минеральной воды вмешиваем кащицу из 20 г укропа и 20 г петрушки, и сок очищенного огурца. Сок из половинки лимона. Как только захотели есть – сразу этот принцессный коктейль. До литра в день можно выпить. Но не больше! Похудение не заставит себя ждать… Единственная оговорка – не принимайте такой коктейль в стадии обострения болезней желудочно-кишечного тракта.

Знаменитая греческая красавица Таис Афинская делала маски из петрушки. Давно вперед шагнула индустрия красоты. Но народные рецепты применяем мы и сегодня.

Чего же проще сделать такую домашнюю заготовку – мелко порезать зелень петрушки,

завернуть ее в целлофан и заморозить в холодильнике. Протирать лицо и шею ежедневно. Как это освежает кожу, особенно жарким летом!

Прекрасное средство от морщин – замороженный отвар. 50 г зелени прокипятить в 0,5 л воды в течение 15 минут, процедить, охладить и разлить в формочки для льда. Прекрасный тонус для зрелой кожи. Этим зеленым кубиком льда протирайте кожу лица и шеи ежедневно.

Сок петрушки втирают в кожу головы при облысении. Отваром петрушки по рецепту для замораживания ополаскивают волосы после мытья – они приобретают живой блеск.

Если такой отвар применить в качестве компресса на воспаленные веки, глаза вас отблагодарят ясным блеском. Прекрасно успокаивает и освежает.
Ватный тампон опустить в теплый отвар и приложить к закрытым глазам на 1-2 минуты. Опять намочить. Еще на 1-2 минуты. И так 3-4 раза. В самом конце нужно сделать холодный компресс и смазать веки жирным кремом. Отлично! Ваши глаза снова сияют юным блеском!

Вот сколько плюсов и секретов у этой чудесной кудрявой красавицы-кудесницы. Будьте всегда молоды и здоровы. А петрушка вам в этом поможет!

Автор - **Жанна Магиня**
Источник