

خواص آبغوره و سرکه انگور



غوره که میوه ی سبز رنگ نارس انگور است دارای طعم ترش می باشد. غوره دارای اسیدهای آلی مانند: اسید مالیک، اسید فرمیک، اسید سوکسینیک (Succinique Acid)، اسید اگزالیک، اسید گلوکولیک (Glucolique Acid) و قند می باشد.

غوره که میوه ی سبز رنگ نارس انگور است دارای طعم ترش می باشد. غوره دارای اسیدهای آلی مانند: اسید مالیک، اسید فرمیک، اسید سوکسینیک (Succinique Acid)، اسید اگزالیک، اسید گلوکولیک (Glucolique Acid) و قند می باشد.

* غوره برای افراد مبتلا به چربی خون بسیار مفید بوده و ضد عفونی کننده بدن نیز هست. هم چنین اگر با سالاد میل شود، برای لاغر کردن سودمند است.

* غرغره کردن با آبغوره در درمان ورم مخاط دهان و حلق و نرمی لته ها موثر است.

* آب غوره برای درمان چاقی مفرد مفید است.

* بیماری "اسکوربوت" که به علت کمبود ویتامین C در بدن به وجود می آید، با آب غوره درمان می شود.

* آب غوره چون دارای تارتارات پتاسیم است، برای درمان سیاتیک و رماتیسم حاد بسیار مفید است.

* در دفع زردی موثر است. لذا باید 1 تا 2 قاشق غذاخوری آبغوره را بعد از هر غذا میل نمایند.

* خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو می اندازد.

* حرارت و صفرای بدن را دفع و روده ها را ضد عفونی می کند. به این منظور بهتر است روزانه یک قاشق مرباخوری، چند روز متوالی میل شود.

* آب غوره تقویت کننده کبد است.

* برای برطرف کردن ورم گلو ، آب غوره را قرقره کنید.

* برای دفع کرم روده و تقویت معده، باید به مدت پنج روز آش آب غوره همراه با زیره سیاه مصرف کنید، البته در این مدت باید از خوردن غذاهای سنگین اجتناب نمایید.

* آب غوره درمان کننده پادرد و کمردرد، رماتیسم و سیاتیک است. برای معالجه می توان به مدت ده روز آش آب غوره مصرف نمود(البته از خوردن غذاهای سنگین در این مدت باید اجتناب کرد).

* آبغوره غذا را خوش طعم، مطبوع و لذیذ نموده و اشتها را تحریک می نماید.

* آبغوره اسهال های ساده را درمان می کند، به این منظور باید 3 مرتبه در روز و هر بار یک قاشق غذاخوری مصرف شود.

* آبغوره حفظ کننده جنین است، به این جهت باید کمی آبغوره همراه با غذای روزانه مصرف شود. اما باید از خوردن زیاد غوره خودداری کرد، چن غوره مدر است و امکان دارد موجب سقط جنین شود.

* اگر چند قطره از آبغوره را هنگام خونریزی بینی به درون بینی بچکانند، خونریزی را بند می آورد.

- * براي درمان چرك گوش مي‌توان آبغوره و سرکه را به طور مساوي با هم مخلوط نمود و چند روز، روزي سه مرتبه و هر بار 1 تا 2 قطره در گوش بچکانيد.
 - * ماليدن مخلوط مساوي آبغوره و آب تره، در محل بواسير، پس از اجابت مزاج مفيد است و آن را معالجه مي‌کند.
 - * آبغوره، خنک است و در موارد تب ، آنژين، ورم دهان و سل ريوي مصرف مي‌گردد.
 - * رب غوره، تشنگي را برطرف مي‌کند.
 - * رب غوره، التهاب، حرارت و اسهال را تسکين مي‌دهد.
 - * رب غوره، اشتهاآور و محکم کننده جنين است.
 - * رب غوره تقويت کننده احشاء و برطرف کننده استفراغ‌هاي صفراوي است.
 - * سعي کنيد غوره را به تنهائي نخوريد، چون روي معده اثر سوئي مي‌گذارد.
- خواص سرکه
- * سرکه به غذا طعم خاصي مي‌دهد و اشتها را تحريك مي‌کند.
 - * در تحقيقات نشان داده شده است که مصرف روزانه 20 ميلي ليتر سرکه (معادل 2 قاشق غذاخوري) هم به تنهائي و هم به صورت مخلوط با غذاها موجب کاهش انديس گليسمي مواد غذايي کربوهيدرات دار مي‌شود. اين اثر هم در افراد ديابتي و هم افراد غير ديابتي ديده مي‌شود. کاهش انديس گليسمي موجب مي‌شود تا افزايش قند در بدن به آهستگي انجام شود.
 - * سرکه، هضم گوشت را آسان مي‌کند.
 - * اگر خاکستر گرم را در سرکه بخیسانند و بر روي ورم غدد متورم قرار دهند، آن را درمان مي‌کند.
 - * اگر سرکه و گلاب را به مقدار مساوي مخلوط نموده و بجوشانند و سپس يك قطعه پارچه را با اين محلول خيس نموده بر روي سر بيمار قرار دهند، سردردهاي ناشي از کبد و صفرا را معالجه مي‌کند.
 - * شستشوي دهان با سرکه و گلاب، بوي بد دهان را از بين مي‌برد.
 - * با چکانيدن چند قطره سرکه در گوش، حشره يا کرمي که در گوش مانده باشد خارج مي‌شود.
 - * اگر سرکه را در محل خارش بدن يا خونريزي بمانند، خارش و خونريزي هاي کوچک را بند مي‌آورد.
 - * اگر سرکه را با نمک مخلوط کنند و در دهاني که به دليل کشيدن دندان خونريزي مي‌کند، نگه دارند و چند بار اين کار را تکرار کنند، خونريزي را قطع مي‌کند.
 - * ماليدن سرکه در محل‌هايي که سوزش دارد، مانند سوزش سوختگي با آتش، موجب درمان آن مي‌شود.
 - * ماليدن رسوب سرکه باعث معالجه کک مک ، لك هاي بدن، کهير، درد مفاصل و ورم سينه مي‌شود.
 - * اگر کمی آرد جو را با سرکه خمير کنند و در محل ورم سينه و بناگوش بگذارند، ورم را درمان مي‌کند.