

آشنایی با خواص فلفل سیاه

فلفل سیاه خیلی بیشتر از آنچه که اکثر مردم تصور می‌کنند برای بدن خاصیت دارد و مفید است.



فلفل سیاه خیلی بیشتر از آنچه که اکثر مردم تصور می‌کنند برای بدن خاصیت دارد و مفید است.

به گزارش ایسنا به نقل از شبکه خبری تورنتو نیوز، در برخی از شهرهای هند مردم روز را با یک فنجان قهوه سیاه همراه با مقداری پودر فلفل سیاه که داخل آن حل شده، آغاز می‌کنند.

بسیاری از مطالعات و آزمایشات پزشکی تایید می‌کنند که فلفل سیاه فعالیت مجاری گوارشی را تقویت می‌کند و علاوه بر بهبود فرآیند هضم غذا، تحریک کننده ترشحات بزاقی است. این ادویه هم چنین در بهبود عملکرد معده نقش مفیدی دارد.

فلفل سیاه پرزهای چشایی را تحریک می‌کند و پیامی به معده می‌فرستد که باعث ترشح اسید هیدروکلوریک و در نتیجه هضم بهتر غذا می‌شود. وجود اسید هیدروکلوریک برای هضم پروتئین‌ها و دیگر مواد غذایی در معده ضروری است. در استعمال داخلی به عنوان محرک اشتها، مدر، بادشکن، گرم کننده و ضد سم و برای رفع انواعی از مسمومیت‌های غذایی به کار می‌رود. همچنین فلفل سیاه برای معالجه اسهال تابستانه، اسهال خونی، کاهش احتمال سرماخوردگی و دردهای روماتیسمی مفید است.

فلفل سیاه هم چنین خواص آنتی‌اکسیدانی فوق العاده‌ای دارد. این ادویه تاثیر فوق‌العاده‌ای برای مقابله با رشد باکتری‌های مضر بویژه در روده دارد.