



خوردن انبه با پوست، چربی اضافی را آب می‌کند

متخصصان استرالیایی البته تاکید کردند تاثیر انبه برای کاهش وزن تنها زمانی اعمال می‌شود که این میوه با پوست مصرف شود.

سلامت نیوز : متخصصان استرالیایی البته تاکید کردند تاثیر انبه برای کاهش وزن تنها زمانی اعمال می‌شود که این میوه با پوست مصرف شود.

روزنامه سیدنی مورنینگ هرالد در گزارش جدیدی اعلام کرد، متخصصان دانشگاه کوپینزلند در استرالیا دریافته‌اند که انواع خاصی از میوه انبه موسوم به انبه #171؛ ایروین و #171؛ نام دوک می‌باشد؛ اگر با پوست مصرف شود به کاهش چربی اضافی بدن کمک می‌کند. به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا ؛ این متخصصان تاکید کردند اگر نوع انبه‌ای که انتخاب می‌کنید از این دو نوع نامبرده نباشد تاثیر برعکس می‌گذارد چون این دو نوع از میوه انبه در پوست خود حاوی ترکیباتی هستند که از شکل گیری سلولهای چربی در بدن انسان جلوگیری می‌کند. متخصصان در نظر دارند ترکیبات مفید موجود در این نوع از انبه‌ها را شناسایی کرده و از مولکولهای موثر آن در جلوگیری از تشکیل سلولهای چربی استفاده نمایند.