

— LA —
Naturale Guarigione Potere Di
MIELE



PAUL ALLEN PH.D

La Naturale
Guarigione Potere Di
Miele

**I Miele Miracolosa
Guarigione di Potenza
Segreti Esporre**

Paul Allen PhD

NEGAZIONE E ACCORDO

Questa informazione ed è solo a scopo educativo e informativo. Il contenuto non è destinato ad essere un sostituto per consiglio medico, la diagnosi o il trattamento. Sempre chiedere il parere del proprio medico o altro operatore sanitario qualificato per qualsiasi domanda si può avere per quanto riguarda una condizione medica. Mai ignorare consulenza medica professionale o di ritardo nella ricerca a causa di qualcosa che avete letto.

Queste informazioni sono esclusivamente a scopo informativo. NON è destinato a fornire MEDICO. Né l'autore né l'editore si assumono la responsabilità per eventuali conseguenze da trattamenti, procedure, l'esercizio fisico, modificazioni della dieta, l'azione o l'applicazione di farmaci che deriva dalla lettura o seguendo le informazioni contenute in queste informazioni. La pubblicazione di tali informazioni non costituisce la pratica della medicina, e queste informazioni non sostituiscono il parere del proprio

medico o altro operatore sanitario.

Prima di intraprendere qualsiasi corso di trattamento, il lettore deve chiedere il parere del proprio medico o altro operatore sanitario.

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta in qualsiasi forma e con qualsiasi mezzo, compresa la scansione, fotocopie, o in altro modo senza previa autorizzazione scritta del titolare del copyright. Copyright © 2015

Sommario

NEGAZIONE E ACCORDO

Capitolo 1: Come scegliere Miele

Capitolo 2: Benefici per la salute di miele

Capitolo 3: Miele prodotti delle api

Capitolo 4: Miele sintomi di allergia

Capitolo 5: miele e zucchero

Capitolo 6: Miele per perdere peso

Capitolo 7: Miele Maschera Ricette per diversi tipi di pelle

Capitolo 8: Può un diabetico mangiare il miele?

Capitolo 9: Miele rimedio per i disturbi

Capitolo 11: il valore nutrizionale del miele

Capitolo 12: Propoli potente antibiotico naturale

Capitolo 13: Miele per bronchite e asma

Capitolo 14: miele di Manuka per il cancro

Capitolo 15: Miele rimedio per il mal di gola

Capitolo 17: Miele per il miglioramento del sonno

Capitolo 18: Miele per vestirsi ferite e trattamento della

[pelle](#)

[Capitolo 19: Miele per le ferite, ulcere e ustioni](#)

[Capitolo 20: Miele per le allergie](#)

[Capitolo 21: Trattamento di gastrite](#)

[Capitolo 22: Miele rafforza denti](#)

[Capitolo 23: Trattamento dell'ipertensione](#)

[Capitolo 24: Miele di bellezza](#)

[Capitolo 25: Miele Food Recipes](#)

[Capitolo 26: aceto di mele e miele Remedy](#)

[Capitolo 27: cannella e miele](#)

[Capitolo 28: Cure naturali usando l'aceto E MIELE](#)

Capitolo 1: Come scegliere Miele

Miele - un prodotto molto utile, se il miele è di alta qualità. Così come scegliere il miele?

In primo luogo, il miele deve essere maturo. Api lavorano con nettare per circa una settimana: l'acqua viene evaporata, arricchiscono gli enzimi, zuccheri complessi diventano semplici. Durante questo tempo, il miele è infuso. Il sigillo finale ape prodotto con tappi di cera - come il miele ha tutte le proprietà e può essere conservato a lungo.

Molto spesso, gli apicoltori miele

prendere il miele durante il flusso di miele, prima che l'invecchiamento, a causa della mancanza di pettini. Il contenuto di acqua del miele è volte due volte la norma, è un po' ricco di enzimi e da saccarosio, rapidamente diventa acida.

Per determinare la durata del miele, è riscaldato a 20 gradi, mescolando con un cucchiaino. Poi prendere un cucchiaino e iniziare a ruotare. Miele fermentato è avvolto intorno a lei. Può cristallizza dopo qualche tempo, questo è normale. Se si desidera convertire al suo stato

precedente, riscaldare dolcemente a bagnomaria. Ma a volte provoca ulteriormente acida.

Controllare la qualità ulteriormente.

A colori

Ogni varietà ha un colore miele, una caratteristica. Miele di fiori - giallo chiaro, calce - ambra, cenere e trifoglio - trasparente come l'acqua, il grano saraceno ha diverse tonalità di marrone. Clean miele, di norma, è trasparente, non importa quale colore è.

Il miele, che ha nel suo additivi composizione (zucchero, amido e altre

impurità), non è chiaro, e se si guarda con attenzione, è possibile trovare il sedimento.

Apicoltori negligenti non prendono le api per raccogliere il nettare, e solo dar loro da mangiare zucchero. Zucchero miele - è innaturale. Nulla utile in esso. Tale miele è innaturale bianco.

il sapore

Miele reale ha aroma dolce. Questo profumo è paragonabile a nulla. Miele mescolato con lo zucchero non ha sapore e il gusto è vicino al gusto di acqua zuccherata.

Viscosità

Prendere miele sul processo, lasciando cadere un bastoncino nel contenitore, e se si tratta di un vero e miele, viene eseguito da una chiavetta fintanto filo continuo, e quando il filo è rotto, allora è interamente per formare la torre, pagoda la superficie del miele che poi si disperdono lentamente.

Miele falso si comporta come la colla: da gocciolare abbondantemente e gocciolare dal bastone verso il basso, facendo spray.

la consistenza

Miele reale ha sottile, consistenza delicata. Miele è facilmente polverizzata tra le dita e viene assorbito nella pelle, ma non così con la contraffazione. La struttura del miele adulterato è ruvida, quando la macinazione delle dita ci sono grumi.

Prima di acquistare miele di mercato nel negozio, prendere il vostro prodotto preferito da 2-3 venditori regolari. Per iniziare con 100 grammi. Fare qualità del campione consigliata a casa e solo allora acquistare per uso futuro dagli

stessi venditori.

Verificare acqua e zucchero vengono aggiunti al miele

Miele Drip su un foglio di carta di bassa qualità, che assorbe l'umidità. Se si sviluppa su carta, formando una macchia di bagnato, o anche penetrare attraverso di essa - è il miele sbagliato. Acqua di miele reale è assente. Il miele sciroppo ha un alto contenuto di umidità - si può verificare con il seguente metodo.

Immergere un pezzo di pane nel miele, e dopo 8-10 minuti, rimuoverlo. Nel miele vero pane miele indurisce. Se, al

contrario, è ammorbidito, allora è altro che un sciroppo di zucchero.

Determinare se l'amido e gesso sono nel miele

Diluire un po' di miele in una piccola quantità di acqua distillata e goccia 4 - 5 gocce di iodio. Se la soluzione diventa blu, significa che è stato utilizzato amido per la fabbricazione del prodotto.

Chiaramente, non era un ape. E facendo cadere in una soluzione di qualche goccia di aceto, si controlla il contenuto del gesso. Se c'è una, la soluzione sibila.

Scopri se altri contaminanti sono nel

miele

Per fare questo, prendere un filo caldo (acciaio inossidabile) e immergerlo nel miele. Se si blocca come la massa adesiva di corpi estranei - è imitazione di miele, se il filo rimane pulito - miele naturale, o in altre parole, completa.

Aggiungere un po' di ciò che è stato acquistato con il pretesto di miele in tazza calda di tè debole. Se non si è ingannato, tè scurisce, ma in fondo non ci sarà precipitato.

Come conservare il miele comprato?

Miele non deve essere conservato in un

contenitore metallico, perché acidi nella sua composizione, può fornire ossidazione. Questo porterà ad un aumento di metalli pesanti in essa e diminuzione dei nutrienti. Tale miele può causare disturbi allo stomaco, e anche portare ad avvelenamento. Il miele deve essere conservato in vetro, ceramica, porcellana, ceramica e contenitori di legno.

Miele costituito da 65-80% di fruttosio e saccarosio, è ricco di vitamina C, inoltre, contiene quasi tutti i minerali. Pertanto, alimentazione miele con acqua

calda o riscaldamento del miele cristallizzato, non portare la temperatura fino a 60 gradi - è il limite, dopo di che la struttura si rompe, il colore dei cambiamenti miele, sapore scompare, e la vitamina C, che può essere presenti nel miele da anni, si rompe a metà o più. Nel corso del tempo, il miele diventa torbida e addensare - ed è un segno di buona qualità. Ma non è che il miele è rovinato.

Se anche dopo anni miele non addensare, quindi contiene una grande quantità di fruttosio e, purtroppo, non ha

proprietà curative. Talvolta miele durante la conservazione è diviso in due strati: il fondo è addensare e la parte superiore è sottile. Questo suggerisce che è immaturo, e quindi dovrebbe essere consumato il più presto possibile - miele grezzo viene conservato per un paio di mesi.

Che è meglio miele - montagna o pianura?

Non lasciatevi ingannare quando qualcuno cerca di convincervi che la montagna è meglio di miele, che le api raccolgono su spazi aperti. Non ci sono

particolari vantaggi nel miele di montagna. Qualità Miele e concentrazione di nutrienti in esso dipende l'integrità e la conoscenza di apicoltore, nonché dalle condizioni ambientali della zona per la raccolta di miele. Tuttavia, vi è una differenza tra il miele raccolto in un ambiente pulito, e il miele che le api raccolti da fiori da impresa industriale. Ma tutto dipende l'apicoltore. La coscienza non gli avrebbe permesso di vendere il miele industriale.

Posso acquistare il miele in una strada?

Solo se si è sicuri di cosa esattamente si sta comprando. La maggior parte falso miele comune - lo sciroppo di zucchero. Questo sciroppo è spesso mescolato con miele acerbo per dare i dolci mancanti. Al mercato nessuno si permette di sperimentare, ma si possono gustare. Spesso goccia di miele per la degustazione su un piccolo pezzo di carta. Questo è sufficiente per effettuare un altro esperimento. Andare al mercato, prendere una matita chimica. Stendere il miele su un pezzo di carta con una matita, e provare a scrivere qualcosa

con inchiostro indelebile sulla barra "miele". Se dopo qualche secondo si vede il colore blu, è possibile informare con fiducia e ad alta voce il venditore (a sentire gli altri clienti), che l'amido o la farina sono presenti nel prodotto. Se non si dispone di matita indelebile, goccia di iodio. La stessa tonalità di blu nel miele proposto rileva con precisione l'amido e la farina nel prodotto.

Capitolo 2: Benefici per la salute di miele

I benefici per la salute di miele sono troppo numerosi per essere nominato, ma qui ci sono tre quelli principali:

Energy Booster della natura

I benefici del miele vanno oltre il suo grande gusto. Una grande fonte naturale di carboidrati che forniscono forza ed energia per il nostro corpo, il miele è noto per la sua efficacia nel promuovere istantaneamente le prestazioni, la resistenza e ridurre l'affaticamento muscolare degli atleti. I suoi zuccheri

naturali svolgono un ruolo importante nel prevenire affaticamento durante l'esercizio. Il glucosio nel miele viene assorbito dal corpo rapidamente e fornisce un impulso di energia immediata, mentre il fruttosio è assorbito più lentamente fornendo energia sostenibile. È noto che il miele è stato anche trovato per mantenere livelli di zucchero nel sangue abbastanza costante rispetto ad altri tipi di zucchero. Quindi, per sperimentare questi benefici per la salute di miele, ecco alcuni suggerimenti per voi:

1. La prossima volta prima di andare per un allenamento, prendete un cucchiaino di miele per consentire di andare per il miglio supplementare.

2. Se vi sentite basso e letargico al mattino, invece di raggiungere fuori per una lattina di bevanda energetica gassata, provare il miele. Diffonderlo sul pane tostato caldo o sostituire lo zucchero nel tè con esso per un impulso fresco di energia.

3. Se i vostri figli stanno trovando difficile da affrontare lo sforzo fisico

dalle attività ronzio a scuola, preparare loro da bere miele, alcuni panini con miele, burro e prosciutto per assicurarsi di avere abbastanza energia per sostenere tutto il giorno. E per il sonno ottimale e ciclo di recupero di notte, dare al bambino un cucchiaino di miele prima di dormire su una base quotidiana. Essi non possono preoccupano un po' circa i benefici per la salute di miele ora, ma saranno grati e amare quello che fate per loro quando crescono!

Generatore di immunità Sistema

Tra i molti benefici per la salute di

miele, ciò che è più impressionante per me è che il miele può essere un potente sistema immunitario booster. E 'proprietà antiossidanti e anti-batteriche possono contribuire a migliorare il sistema digestivo e aiuterà a rimanere in buona salute e combattere le malattie. Inizia ogni nuovo giorno con questo tonico detergente se si desidera vedere questo beneficio per la salute del miele: prima di colazione, mescolare un cucchiaino di miele e succo di limone da mezzo limone in una tazza di acqua calda e bere.

Il miele è anti-cancro!

Può combattere il cancro miele di aiuto?

Ciò che molte persone non pensano abbastanza o hanno trascurato è - il miele possiede proprietà cancerogeno-prevenzione e antitumorali! Ora ci sono più e più studi che indicano il ruolo potenziale di miele nella prevenzione e la progressione del tumore e cancro.

Capitolo 3: Miele prodotti delle api

Miele

Miele - non solo un alimento delle api.

Miele - è una protezione universale. I suoi meccanismi sono semplici ma molto efficaci - diversa combinazione e l'interazione di carboidrati ed enzimi:

- carboidrati difendono dal freddo e dalla fame - miele calorico - 400 kcal per 100 g.
- le debolezze - carboidrati, entrare nel corpo, continuano a trasformare le une nelle altre, rilasciando l'energia e la pulizia del corpo dalle tossine.

- da germi. Quando enzima glucosio ossidasi espone ai carboidrati di miele, appare il perossido di idrogeno. In combinazione con il dolce profumo delle piante mellifere che conferisce al prodotto un potente proprietà antibatteriche. Batteriologo americano Sackett ha condotto una serie di esperimenti - mettere i ceppi di malattie più temute nel miele. Agenti causali di febbre tifoide sono morti entro 48 ore, batteri paratifo - in 24 ore, dissenteria bacillo - in 10 ore. Simili esperimenti sono stati effettuati con il batterio

Helicobacter pylori, che è una delle principali cause di ulcera peptica e cancro gastrico - e anche con successo!

- Le migliori mezzi per la salute e buon spirito. Senza i dolci - processi vitali sono inibiti, le età e si addensa nel sangue, le cellule grigie del inibizione cerebrale. Miele - è il prodotto giusto per rifornire le nostre scorte di carboidrati - è sicuro, facilmente digeribile, inoltre, uno dei più dolci prodotti naturali - 25% più dolce dello zucchero.

- Uno dei più antichi fattori riproduzione

umana. Il termine "luna di miele" la prima volta dai norvegesi ed è stato chiamato così perché nel primo mese la coppia di sposini stavano mangiando una ogni giorno o bevande bere idromele cucchiaino. In tutte le epoche, il miele è stato utilizzato come un forte afrodisiaco - per migliorare e risvegliare la sensualità.

Propoli

All'interno della alveare sano c'è sterilità quasi perfetto. Ruolo importante nel mantenimento della pulizia nell'alveare appartiene al prodotto

prezioso e unico delle api - propoli. Grazie alle sue proprietà antibatteriche la propoli protegge le api dai pericoli circostanti - germi, batteri, funghi e persino topi e farfalle! Lucidatura pettini cellulari, progettati per la futura prole, le api a prevenire l'insorgenza della malattia. Fragrante e piacevole al gusto, la propoli è ancora un mistero anche per i ricercatori più esperti. La composizione chimica di questa sostanza è molto complesso e dipende dal tipo di pianta da cui viene raccolto. Ha circa 284 composti diversi, ma solo 111 di

loro sono stati identificati! E 'noto che la propoli contiene acidi resinici e alcoli, artipillin, fenoli, tannini, balsami (alcol cinnamico, acido cinnamico), cera d'api, oli essenziali, flavonoidi, aminoacidi, piccole quantità di vitamina B. Secondo la classificazione apicoltura mondo, esistono tre tipi di questo prodotto delle api, chiamati anche propoli - brasiliani, europei e propoli della Russia settentrionale. Propoli Nord ha qualità speciali - le api raccolgono resine e collanti da alberi reliquia - pino, betulla e pioppo, lasciati dal tempo della

Grande Ice Age. Tutti i vantaggi di propoli sono impossibili da elencare. La più importante qualità - la capacità di purificare e rigenerare le cellule, ripristinando il loro lavoro per liberare il corpo dei radicali liberi e hyperoxides. Grazie a queste proprietà, propoli inibisce l'invecchiamento, aumentando la capacità del corpo e aumentare l'aspettativa di vita. E non a caso gli scienziati chiamano propoli la "bomba antiossidante" - studi hanno dimostrato che l'uso regolare di questo prodotto effettivamente portare a

"ringiovanire"!

Pappa reale

Fatto ben noto: le api operaie che hanno destinato a mangiare non solo il miele, ma anche polline d'api, vivono fino a 6 volte più a lungo rispetto ai loro tempo a disposizione.

Questo è 240 - 270 giorni - non 40 - 45.

Ma la regina, che si nutre esclusivamente di pappa reale, vive fino a 7 - 8 anni. Si tratta di due anni e mezzo - tremila giorni. Periodo della sua vita - 65 volte più lungo di api ordinarie. E

'semplicemente impossibile capire tutto in una volta. In termini di vite umane sarebbe suonare qualcosa di simile a questo: a 6 volte (se si mangia polline d'api) - 350 - 500 anni, e in 65 volte (soggette a pappa reale) - fino a 5000 anni .Royal gelatina - il segreto di i mascellari e faringei ghiandole delle api operaie infermieri, emettono in cellule a nido d'ape speciali (cellule queen) che vengono utilizzati per la regina delle api. Questa è una miscela molto ricca di nutrienti della struttura unica - contiene acidi tutti attualmente conosciuti

amminoacidi, acidi grassi, più di 100 diversi composti minerali, vitamine. Jelly stimola la crescita e lo sviluppo, aumenta la vitalità, stimola il metabolismo, normalizza il sistema endocrino. Il risultato - un potente effetto positivo su tutti i sistemi del corpo!

Proprietà di pappa reale:

- contribuisce ad aumentare il muscolo grasso di massa corporea -da, se del caso, e dalle sue sostanze nutritive, se il peso del corpo non è semplicemente abbastanza.

- Si normalizza sangue - plasma umano è simile alle proteine ■ della pappa reale, in modo che il corpo prende bene.

- normalizza il metabolismo - e quindi sono piacevoli cambiamenti nella vita sessuale - stimola la potenza, aumenta l'attività. Studi hanno dimostrato che pappa reale - un fattore importante nella prevenzione delle malattie della prostata. Molto raccomandato per le donne in gravidanza e in allattamento - promuove la gravidanza normale e

aumentare la lattazione.

- Per lo stesso motivo normalizza la pressione sanguigna, migliora il sonno, la memoria e l'appetito, tratta la stanchezza, aumenta la capacità di lavoro. La pappa reale è riconosciuto come un alimento naturale per la prevenzione di aterosclerosi, durante il periodo di recupero dopo un attacco di cuore e ictus.

- Infine, la pappa reale ha un grande impatto sul nostro sistema immunitario. Una buona immunità - è una protezione contro il cancro, e la prevenzione delle

mutazioni, e la conservazione della gioventù, e - la protezione da tutte le malattie.

api morte

Massimo di api morte in apiario è durante la primavera, quando di solito è raccolto e conservato. Usato per il trattamento è solo api ben conservate - secchi e non maleodoranti. Montato, viene setacciato per separare i rifiuti attraverso una grande setaccio e poi essiccato - e quindi possono essere memorizzati in una zona ventilata

abbastanza a lungo senza perdere le sue proprietà. Copertura chitinous nel Imenotteri contiene eparina e geparoidy. Queste sostanze hanno un effetto positivo sul sistema circolatorio del corpo umano, sopprimere l'infiammazione, e hanno proprietà anestetiche locali per la guarigione delle ferite e ustioni. Altre indicazioni per l'uso di api morte - la miopia, la mastite, vene varicose, tromboflebite, dolori articolari, adenoma prostatico, disfunzioni sessuali, obesità. E 'utilizzato per scopi medici in varie

forme - brodo, al vapore, linimento e estratto alcolico. Al vapore: esso è cotto a vapore in acqua calda per 15 minuti, viene di solito applicata all'area di infiammazione attraverso una garza.

Liniment: si è messo a terra in polvere e mescolato con olio di oliva caldo - è strofinato in luoghi dolorosi. Estratto

alcolico: prendere un cucchiaino di api schiacciate, versare un bicchiere di vodka e ripide due settimane - uso 15-20 gocce dopo i pasti per un mese o due per stabilizzare la pressione sanguigna.

Decotto è utile per la malattia renale (1

cucchiaino con un litro di acqua bollente, portate a ebollizione e fate bollire a fuoco lento per due ore, filtrare e prendere per un mese 1 cucchiaino due volte al giorno) anche Chitozan è molto utile - si tratta di una sostanza, estratta dal coperchio chitina delle api. Il chitosano ha molte proprietà che lo rendono interessante per una vasta gamma: nei prodotti alimentari, cosmetici, cura della pelle. Il suo utilizzo è molto efficace a causa della sua azione filmogena e anti-infiammatori. Un'altra preziosa

caratteristica - la capacità di adsorbimento. Api copertura chitinoso ha una funzione protettiva, proteggendo gli organi interni dalla penetrazione di tutti i tipi di agenti patogeni, crostacei e persino funghi sono tali gusci di chitina! Si molecola ha una carica positiva, mentre i lipidi della pelle - negativo, quindi è perfettamente tenuto sulla superficie della pelle, formando una pellicola molto sottile, invisibile ed impercettibile che trattiene l'umidità.

I vantaggi di chitosano di api:

- selettività - durante l'uso negli alimenti di sostanze nocive corpo, senza influire vantaggiosa;
 - non ha alcun effetto dannoso sul corpo;
 - biologicamente compatibile con qualsiasi cibo;
 - ha un complesso di strutture naturali, biodisponibili per ogni cellula del corpo;
- proprietà di api chitosano:
- aiuta a ridurre i livelli di colesterolo nel sangue - un fattore di rischio per le malattie cardiovascolari.

- base perfetta per i programmi di correzione del peso;
- riduce l'assorbimento di tossine nel sangue ed è un mezzo di prevenzione di malattie del tratto gastrointestinale e il rischio di sviluppare il diabete.
- migliora la circolazione sanguigna, allevia lo spasmo dei vasi sanguigni, soprattutto i più piccoli capillari.
- attiva la guarigione di ustioni e le ferite senza cicatrici
- ha emostatico e analgesico effetto
- Si tratta di uno strumento

indispensabile contro beri-beri e stanchezza cronica

Cera

Cera è in grado di mantenere la sua qualità (plasticità, proprietà antibatteriche) per secoli. Pezzi di cera sono stati trovati nella piramidi egiziane, ma avevano un bel odore morbido e caratteristico. La gente ha sempre prestato attenzione ad un materiale così versatile. La sua qualità per immagazzinare i prodotti è utilizzato nella produzione vitivinicola - botti di

vino interne sono ricoperte di cera.

Capacità di indurire istantaneamente su di raffreddamento viene utilizzato nella metallurgia - controlla forme per getti in ghisa, granularità e flessibilità - nell'industria ottica per l'incisione del vetro e preparazione di incollaggio e paste di lucidatura. Cera ha trovato la sua applicazione nel mondo dell'alta tecnologia. E 'utilizzato nel settore aeronautico per la fabbricazione di varie composizioni di impregnazione e rivestimento, in apparecchiature radio e telefono per una miscela, fili isolante.

Inoltre, la cera viene utilizzato nella produzione di vari composti di lucidatura, cosmetici, ecc Gli antichi egizi usavano cera per la mummificazione, di preferenza ad una più conveniente sporco Mar Morto, noto anche per le sue proprietà antibatteriche. In passato, cera d'api è stata la valuta, è stato un punto di riferimento per lo scambio di merci nel mercato internazionale. A nido d'ape - è il grattacielo con decine di migliaia di appartamenti. Una famiglia a stagione può ricostruire il nido, in cui possono

vivere e lavorare insieme fino a 30.000
api. Cellule cera - contenitore di
stoccaggio perfetta dei prodotti delle
api. Con le sue proprietà antibatteriche,
cera miele non vagare fino a scadenza, e
il polline non è coperta di muffa con
l'alto tasso di umidità nel nido. Nelle
cellule ceroso i prodotti delle api sono
completamente isolati dalla influenza
dell'ambiente a causa del fatto che le api
sigillano con tappi di cera sottili. Questi
tappi, tagliati dai favi di miele sigillati,
gli apicoltori chiamano Zabrus. Si
differenziano dai tradizionali cera -

tenuta a nido d'ape, le api utilizzano una sostanza speciale, che comprende segreti misti di cera e ghiandole salivari delle api, propoli e polline - un sacco di prodotti delle api. Ed è molto meglio assorbito rispetto cera regolare. miele sigillato non guasta mai.

Zabrus

Oltre a prodotti delle api ben noti, la medicina moderna comincia a scoprire una serie di altri prodotti rari,, quasi dimenticati.

Zabrus - si tratta di una striscia di taglio

delle palpebre superiori di favi sigillati. Perché è diverso dalla cera? Prima di tutto dalla sua composizione. Quando tenuta nel nido d'ape - il miele è molto più fragrante. Utilizzato nella sigillatura di nidi d'ape, ape migliorare l'effetto terapeutico di ogni altro. Studi hanno dimostrato che Zabrus è altamente efficace nel trattamento di malattie batteriche e virali rinofaringe e del tratto respiratorio superiore, non provoca allergie, masticazione Zabrus è utile in molti modi: provoca gravi salivazione, che aumenta la secrezione e motilità

gastrica .

I medici raccomandano di masticazione Zabrus entro 5-10 minuti un cucchiaino 4 volte al giorno, una dose eccessiva e ingestione accidentale, non sono terribili - è facilmente digeribile nello stomaco con il beneficio per mucosa dell'organo.

Infiammazione di uno o più dei seni di solito si sviluppa molto rapidamente e richiede un trattamento. Si raccomanda di masticare Zabrus per 10-15 minuti ogni ora per 4-6 ore, gettare massa masticato. Di solito il naso è pulito bene, il dolore si ferma. Entro una

settimana si consiglia di masticare Zabrus per prevenire le ricadute.

polline d'api

In primavera e in estate l'API stock polline. Polline - è cellule delle piante maschili, dando impulso ad una nuova vita. E 'grazie all'intervento di polline delle bacche e frutti succosi maturi. Il prodotto di valore è destinato principalmente per le api appena nati e delle api-infermiere. Per i primi - a crescere con successo: a causa del foraggio che dà la vita una giovane ape

nasce dalla larva per pochi giorni, le ali rafforzare e stendere, si formano le ghiandole di lavoro, il veleno comincia a produrre, per la seconde - per ricevere pappa reale - un prodotto alimentare unico per la regina. E delle api-costruttori hanno bisogno di polline - per le ghiandole di cera, e droni - per la maturazione sessuale normale e la funzione. E il polline è la "materia prima" per la creazione di riserve di sostanze nutritive per il lungo inverno - ambrosia. Diversamente polline, gambe di ape coprono praticamente non è un

allergene, perché essa è inoltre arricchito con enzimi di api. Segreto di polline d'api - le proprietà sorprendenti dei suoi enzimi. Nel 1991 un gruppo di scienziati formato l'idea della scoperta scientifica "Proprietà di nucleasi DNA di riduzione". Il succo è che gli enzimi speciali nel polline penetrano nucleo cellulare e durante la sintesi ristabiliscono la catena del DNA danneggiato. Come risultato, la vita delle cellule è esteso più volte.

Ambrosia

Gli apicoltori chiamano ambrosia un "pane d'api". Anche se sarebbe meglio chiamarlo il latte ape o carne - il polline supera in proteine ■■del latte valore, uova e anche carne! Ambrosia - questo è un ape gamba-copertura, raccolti in cellule in riserva. A differenza di polline fresco, pane d'api è più attentamente elaborata da enzimi e mescolati con miele. Questo aumenta il suo assorbimento - nella conversione di un prodotto all'altro i carboidrati miele producono acido lattico, che protegge contro i danni ambrosia. Esso contiene

proteine, aminoacidi e una composizione equilibrata della miscela di carboidrati (glucosio, fruttosio), analoghi vegetali di ormoni sessuali, fattori di crescita delle cellule, minerali: calcio, potassio, magnesio, fosforo, vitamina E, carotene, rutina, microelementi tali come rame, ferro, zolfo, zinco, cobalto, oro, titanio e platino. Essa ha un impatto sugli organismi viventi, il meccanismo di realizzazione di grandi sistemi di api appena nati. Peso di larve in tre giorni aumenta di millecinquecento volte! Nessuno prodotto al mondo ha tale

attività biologica. Questo prodotto unico non è mai abbastanza - polline prodotto dalle api in quantità limitate. Non può essere artificialmente coltivato o falso, in modo da ambrosia è considerato il prodotto più raro ed esclusivo dell'alveare.

Apitoxin

La gente dice: "Chi è punto, egli è a favore". E 'noto che la maggior parte delle persone di lunga durata sono legati all'apicoltura. Il segreto della longevità risiede nel fatto che per tutta la vita che

ottengono punture di api. Veleno delle api - il più potente catalizzatore di processi fisiologici. Anche il minimo della sua concentrazione ha un notevole impatto positivo sul corpo umano. L'ape utilizza il suo veleno solo per autodifesa per proteggere l'alveare. Apitoxin - veleno d'api - è stato progettato per scacciare il nemico, non uccidere. Ecco perché è sicuro e utile per le persone in dosi controllate. Apparecchio puntura d'ape è situato alla fine posteriore dell'addome, ed è costituito da due ghiandole velenifere, serbatoio veleno e

il pungiglione. Le tacche si trovano sulla punta - purtroppo, la guarigione della persona, l'ape muore, lasciando il pungiglione nella pelle. Riducendo la viscosità del sangue e riducendo coaguli di sangue, veleno d'api è utile nella prevenzione delle complicanze trombotiche di varie posizioni (infarto miocardico, ictus ischemico, trombosi vascolare e arto etc.). Apitoxin riduce la concentrazione di colesterolo nel sangue, abbassa la pressione sanguigna, impedisce lo sviluppo di aritmie, allevia angina, sensazione di stanchezza, umore

basso e insonnia. Bee toni veleno e riduce gli effetti dello stress sul corpo, migliora il sonno. Di conseguenza, l'uomo torna a allegria e la pace della mente. Si osserva l'effetto analgesico del veleno (50 volte più forte di Novocaine), esso può essere utilizzato per varie sindromi dolorose. Regola il lavoro del sistema nervoso (lombalgie, sciatica, lombalgia, malattia paralisi cerebrale, Parkinson, sclerosi multipla, ecc), cura le ferite e le vene varicose, infiammazione cronica, sordità neurosensoriale, ipertiroidismo, la

psoriasi e la dermatite atopica. Veleno d'api è assorbendo effetto e la capacità per lisciare postoperatoria e bruciare cicatrici. Apiterapia viene utilizzato in asma, malattie degli occhi, infertilità, menopausa, irregolarità mestruali, impotenza. Apitoxin riduce il peso in eccesso, ha un effetto ringiovanente. Aumentando la capacità di esercizio, eliminando la stanchezza e diminuendo la concentrazione di acido lattico, un veleno è utile per atleti in preparazione per la competizione. Scienziati australiani del Centro di ricerca sul

cancro al Prince of Wales Hospital ha detto che al tubo possono uccidere le cellule tumorali usando mellitin sintetizzato (componente del veleno d'api).

Estratto di tarma della cera

Grandi e piccoli tarma della cera (ape falena) - sono poco appariscenti falene grigie, le cui vite dipendono dal lavoro della famiglia delle api non meno che la vita delle api stesse. Come la maggior parte membri dell'ordine di farfalle, tarma della cera - è un parassita. Tarma

della cera - è l'unica specie di insetti la cui alimentazione esclusivamente larve sui prodotti di scarto delle api e hanno una sorprendente capacità di digerire cera. Cera falena è comune ovunque ci sia un ape, con l'eccezione delle alte montagne e zone con climi rigidi. Insetti adulti non mangiano mai, vivono solo per i nutrienti accumulati da larve.

Anche il parassita può essere utile - e portare molti benefici, come il cibo!

Molti virus e batteri hanno un coperchio di protezione, simile a cera dalle sue proprietà, ed è molto resistente agli

attacchi chimici. Solo gli enzimi digestivi di cera larve - lipasi e tserraza - può abbattere la cera in componenti semplici. I microrganismi perdono la loro protezione - e diventano "disarmata". Così è stato sconfitto il peggior nemico dell'uomo - bacillo tubercolare, l'agente eziologico della tubercolosi. Oggi è noto che l'uso a lungo termine dell'estratto di api falena in cibo o come cosmetici ha più effetto sui tessuti e organi umani, la rigenerazione e il restauro, ha un effetto ringiovanente. Così ci sono cose

incredibili - per esempio, si dissolve la placca di colesterolo (colesterolo - un prodotto ceroso), rinforza i vasi sanguigni e muscolo cardiaco. Le persone che hanno da tempo noto per le proprietà curative della cera di larve. Mangiarono nel XVII secolo - in particolare è stato raccomandato per i pazienti tubercolotici, gli anziani, le donne senza figli. Tuttavia, questa conoscenza per secoli rimase di proprietà di un numero molto piccolo di persone: gli apicoltori e guaritori che gelosamente custodito le loro ricette,

passando per eredità dai genitori - ai figli.

Mummia

Polemica circa l'origine della mummia continua ancora oggi. In una versione della mummia - un prodotto di scarto di selvaggio. Anche se non è confermata, come altre ipotesi. Mummia promuove la guarigione delle fratture ossee, ulcere e ulcere gastriche e duodenali, colite, gastrite, tromboflebite, malattie delle gengive, radicolite, neuriti, nevralgie, tratta le malattie della pelle, migliora il

sistema immunitario, ha attività antitumorale. Non ha effetti collaterali sul corpo umano. Si ritiene che mamma qualità è nero, morbido e lucente. Ha un odore specifico. La struttura mummy è complessa e non pienamente compreso, e varia a seconda del campo, contiene varie sostanze chimiche, ossidi metallici, aminoacidi, vitamine, oli essenziali, sostanza simile al catrame. Per determinare la qualità della mummia si può accartocciare è: buona - ammorbidito, e il povero rimane ferma.

Capitolo 4: Miele sintomi di allergia

Quando il sistema immunitario prende erroneamente miele, potenzialmente pericolosi per il corpo, comincia a produrre istamina e anticorpi per combattere. Questa reazione provoca i sintomi delle allergie al miele, che appaiono sul corpo. Allergia al miele è molto comune; in particolare i bambini spesso possono avere. È importante considerare che una reazione allergica si verifica non solo al miele grezzo, ma anche ad altri piatti e spuntini che possono contenere quantità molto

piccola di miele. Per esempio, cereali, cereali da colazione, biscotti, torte, e così via.

I fatti, i sintomi, la prevenzione

Scala dei sintomi dipende da quanto è forte una persona è allergica al miele.

Fortunatamente, una persona può facilmente vivere senza miele - miele non è un prodotto di prima necessità, e anche se non comune come ingrediente di cibo o bevande.

Persone diverse hanno diversi sintomi; essi possono anche dipendere dalla stato di salute umana. I sintomi più comuni di

allergia al miele sono naso che cola, gonfiore delle labbra o della lingua, lacrimazione, prurito alla gola, starnuti, ed eruzioni cutanee.

I sintomi possono includere anche mal di testa e affaticamento. A volte questi sintomi possono svilupparsi in complicazioni più gravi, come ad esempio un sistema immunitario indebolito.

Misure preventive

La cura ovvia per l'allergia al miele sta prendendo antistaminici subito dopo la comparsa dei sintomi. Il farmaco più

comune è difenidramina. Altri farmaci non sono così efficaci perché il loro effetto dura 24 ore. Diphenhydramine allevia i sintomi molto rapidamente, in circa 15 minuti dopo l'assunzione. Ma se i sintomi rimangono dopo la prima dose, non abusare di questo potente strumento. Hai bisogno di vedere un medico.

complicazione pericolosa che può accompagnare allergia al miele è anafilattico scossa - vertigini, mancanza di respiro, svenimenti e convulsioni.

Esso non può essere curata semplicemente prendendo una pillola di

difenidramina. Se si vede il shock anafilattico, chiamare immediatamente l'emergenza, perché questa reazione può portare alla morte.

Il modo più efficace e più facile per prevenire allergie al miele, ovviamente, è quello di evitare qualsiasi cibo o bevande che sono fatte sulla base di miele o contengono miele come ingrediente. Di solito questi sono tutti i tipi di chicche, come la baklava o chak-chak. Menu di molti ristoranti ha tè con miele. Bisogna sempre controllare ciò che il cameriere voi o amici che non

conoscono le allergie al miele porta.

Alcuni prendono farmaci appena prima di un pasto, che può contenere il miele, ma non è consigliabile questo metodo di prevenzione.

Capitolo 5: miele e zucchero

Le vere differenze tra miele e zucchero

Sia miele e zucchero sono costituiti approssimativamente uguali quantità di glucosio e fruttosio. La differenza principale è che con il miele, le due molecole sono separati e non legati insieme-miele è composto

principalmente monosaccaridi (mono che significa uno, saccaride che significa lo zucchero, in fondo).

Zucchero comprende principalmente un disaccaride (di significato due tipi di

zuccheri, uniti insieme), che è il saccarosio. Il saccarosio ha lo stesso glucosio e fruttosio che trovate nel miele, ma i due sono chimicamente legati insieme.

Ma cosa succede quando si digerire questi tipi di carboidrati? Sia monosaccaride di e disaccaridi alla fine diventano la stessa cosa, è perché disaccaridi e polisaccaridi (ancora più complesse catene di zuccheri) digerire e si suddividono in singole zuccheri, o monosaccaride di. Quando si mangia il

miele, si ottiene il glucosio e fruttosio. Quando si mangia zucchero, si ottiene il saccarosio. Ma dargli un po' è che si sta per ottenere il glucosio e fruttosio separatamente da zucchero, proprio come con il miele.

Sia anche aumentare la glicemia in modo simile. Questo non è necessariamente una cosa negativa, il vostro corpo ha bisogno di glucosio nel sangue per sostenere il metabolismo. Zucchero e miele, entrambi zuccheri semplici, sono simili giudizi indice glicemico che in realtà non sono considerati essere in

"alto" categoria GI.

Gli zuccheri nel miele e zucchero di canna vengono digeriti e metabolizzati in diverse zone del corpo, però. Il saccarosio di zucchero richiede un enzima trova nell'intestino tenue, per digerire e abbattere gli zuccheri legati in fruttosio e glucosio separata e più prontamente disponibili. Da qui, il glucosio può essere rilasciato nel flusso sanguigno per essere utilizzati direttamente dalle cellule per l'energia, mentre il fruttosio deve essere prima convertito in glucosio-alcuni di tale

conversione avviene nel piccolo intestino, e alcuni nel fegato. Nel caso di miele, il fruttosio e glucosio sono già separati, e non richiedono la digestione enzimatica, ma il fruttosio ha ancora aspettare fino a raggiungere il piccolo intestino per essere convertito in glucosio, o rilasciata al fegato per la conversione. Il glucosio libero che è venuto dal miele inizialmente, tuttavia, è in grado di essere utilizzato più veloce per soddisfare il fabbisogno energetico del corpo.

Quindi, diciamo che si sta effettuando un'escursione su una montagna e hanno bisogno di una spinta, una energia bastone miele rapido, o una barretta energetica a base di miele, darebbe quella spinta un po 'più veloce di zucchero sarebbe, dal glucosio immediatamente-disponibile. Zucchero sarebbe poi dare il glucosio troppo ci vuole solo un po 'più a lungo.

Quello che voglio arrivare, è che il vostro corpo in ultima analisi, non vede alcuna differenza tra gli zuccheri dal miele, e da zucchero di canna. Quindi,

dire quello che vuoi su come terribile zucchero è per voi, ma si deve riconoscere che lo zucchero nel miele è essenzialmente la stessa cosa per quanto riguarda il vostro corpo è interessato. Il tutto finisce per essere gli stessi nutrienti nel fine-glucosio che serve come fonte di combustibile cellulare primaria per fornire il vostro corpo con l'energia.

Perché scegliere il miele?

Quindi, ci sono delle ragioni legittime per elevare lo status di miele sopra lo zucchero? Sicuro! Il miele, miele grezzo soprattutto qualità, non offre benefici

che lo zucchero normale non fa.

Per me, però, la ragione principale per cui vorrei scegliere di mangiare o cucinare con il miele al posto dello zucchero è il sapore-miele solo funziona meglio per alcuni scopi e alcune ricette in cui il sapore e la consistenza è una partita migliore.

Ma, ci sono diverse buone ragioni per includere il miele nella vostra dieta (diversi dalla sua bontà). Ecco alcuni dei benefici per la salute più convincenti di miele, nonché il valore nutrizionale che ha.

Oligosaccaridi: Anche se gli zuccheri nel miele sono principalmente monosaccaridi glucosio e fruttosio, ci sono anche alcune catene di zuccheri più complessi conosciuti come oligosaccaridi presenti. Questi zuccheri possono essere responsabili di alcuni dei benefici di miele, come hanno dimostrato di avere attività prebiotica che possono avere un effetto sulla salute intestinale e anche la resistenza all'insulina.

Enzimi e probiotici: Api stessi sono stati trovati in possesso di una serie

impressionante di batteri benefici all'interno delle loro piccole viscere di api, e questi batteri probiotici possono anche essere trovati nel miele e possono aiutare a proliferare i batteri lattici presenti nel proprio intestino, insieme a vari enzimi che può essere di aiuto nella digestione.

Antiossidanti: Il miele contiene polifenoli, che sono una classe di antiossidanti che si pensa di ridurre il rischio di malattie cardiache, cancro e altre malattie. Il consumo regolare di miele può aumentare i livelli di

polifenoli benefici nel sangue.

Tracce di vitamine e minerali: C'è circa una mezza dozzina di vitamine che si trovano nel miele (come la vitamina C, niacina e folati), ma nessuno è più di circa l'1% della RDA. Alcuni minerali compaiono nell'analisi nutrizionale, ma il miele fornisce solo tra 0 e 4% della RDA di ciascuno. Ci sono anche alcuni aminoacidi benefici trovati nel miele.

proprietà antibatteriche e antivirali: Il miele contiene enzimi antibatterici naturali, tra cui uno che in realtà produce perossido di idrogeno. È per

questo che il miele può essere in grado di stimolare il sistema immunitario quando si tratta di una infezione batterica o virale.

tracce di polline naturali che aiutano per il trattamento di allergie stagionali:

Perché locale, miele grezzo conterrà tracce di polline che sono locali a voi (cioè, sono gli stessi pollini che attivano i sintomi di allergia), mangiare il miele può aiutare a "immunizzare" o si desensibilizzare a quei pollini. Questo può aiutare ad alleviare i sintomi di allergia nel corso del tempo. Ho sentito

un sacco di prove aneddotiche che questo funziona piuttosto bene!

Un sacco di benefici quando usati per via topica. Il miele è ultra-idratante come un umettante naturale per la pelle e i capelli, e le proprietà antibatteriche anche fare un grande medicazione naturale.

Ci sono anche alcuni vantaggi esclusivi allo zucchero di canna, anche (soprattutto non raffinato evaporato il succo di canna da zucchero), anche se questa è una storia per un altro post. Ma, tutto sommato, il miele ha alcune qualità

impressionanti che vale la pena considerare.

Capitolo 6: Miele per perdere peso

Studi hanno dimostrato che, come un dolcificante naturale, miele dovrebbe essere incluso nel vostro programma di perdita di peso sano. Il miele contiene fruttosio e glucosio, che è simile allo zucchero. Tuttavia, nel caso dello zucchero, il processo di fabbricazione distrugge la maggior parte delle vitamine, enzimi, elementi di azoto e acidi organici.

Miele o zucchero

Lo zucchero non è presente in

programmi di perdita di peso sano, perché non ha vitamine e minerali. Inoltre, prende i nutrienti che di solito sciogliere il grasso e colesterolo dal nostro corpo per essere metabolizzati nel nostro sistema. Questo è il motivo per cui il consumo di zucchero può anche causare livelli elevati di colesterolo e può portare all'obesità.

Il miele contiene più calorie di zucchero raffinato, ma avete bisogno di meno perché è più dolce. Il segreto è: il controllo delle porzioni. Inoltre, il miele ha una speciale enzima che divide

questo dolcificante naturale in due zuccheri, fruttosio e glucosio, che possono essere facilmente assorbiti dal nostro organismo.

A differenza di zucchero, miele è consigliato anche perché ha più di due proprietà che sono favorevoli: è un antiossidante e antimicrobica. Esso contiene inoltre 22 aminoacidi e minerali essenziali per un programma di perdita di peso sano. I minerali da miele sono anche considerati per prevenire l'obesità. Il miele svolge anche un ruolo nel migliorare processo digestivo del

vostro corpo; e tutti sappiamo che la digestione improprio può portare a eccesso di peso.

Miele e perdita di peso

Per prima cosa al mattino, si consiglia di bere un bicchiere di succo di limone con un po 'di miele come un trattamento anti-cellulite e per aumentare il metabolismo. Dovrebbe anche essere incluso in un programma di perdita di peso sano.

Si potrebbe anche combinare il miele con cannella e acqua: una tazza di acqua mescolata con un cucchiaino di cannella

in polvere bollente. Dopo gli ingredienti sono miscelati correttamente, si dovrebbe coprire e lasciare per circa mezz'ora. Filtrare la miscela.

Successivamente, aggiungere un cucchiaino di miele e si è fatto. È importante bere 30 minuti prima di mangiare colazione, a stomaco vuoto.

Perché il miele è buono per la funzione digestiva del vostro corpo, un cucchiaino deve essere consumato dopo i pasti, soprattutto quando si mangia troppo.

Molte persone pensano che se smettono

di mangiare, di perdere peso più velocemente. Tuttavia, l'alimentazione è importante perché il vostro corpo ha bisogno di fibre, vitamine e minerali, le calorie per il corretto funzionamento. In questo modo, l'unica cosa che si riuscirà a è quello di indebolire il sistema immunitario. Un programma di perdita di peso sana dovrebbe ridurre l'apporto calorico giornaliero e concentrarsi su come bruciare calorie supplementari attraverso l'esercizio fisico.

Capitolo 7: Miele Maschera Ricette per diversi tipi di pelle

Qui ci sono alcuni molto semplici ricette maschera viso fai da te che sono diventati molto popolari tra gli appassionati di miele. Le fasi e gli ingredienti coinvolti in ogni maschera sono così facile che si può preparare in pochi minuti. Scegliere uno che si adatta al vostro tipo di pelle e siete sulla buona strada per scoprire molti vantaggi di miele per la vostra pelle!

Più semplice mascherina con solo miele

Questo è il più semplice ricetta di bellezza naturale. Ha un solo ingrediente - miele grezzo. E 'così delicato sulla pelle che la maggior parte delle persone in particolare quelli con la pelle sensibile possono beneficiare di sue dolci di pulizia e di purificazione effetti. Basta applicare un cucchiaino di miele grezzo sul viso come maschera e lasciare per circa 20 minuti. Risciacquare. Ripetere un paio di volte a settimana.

Per la pelle normale: Maschera di

Apple Miele

Avrai bisogno

1 mela, senza torsolo e sul quarto

2 cucchiaini di miele

Istruzioni: rilasciare i pezzi di mela in un frullatore e tritare. Aggiungete il miele e mettere in frigo per 10 minuti.

Pat il composto sul viso con una luce toccando movimento, toccando fino a quando il miele si sente di cattivo gusto.

Lasciare agire per 30 minuti e poi risciacquare.

Per la pelle secca: Avocado e miele

Maschera per il viso

Avrai bisogno:

2 cucchiaini di polpa di avocado

2 cucchiaini di miele

tuoio d'uovo 1

Istruzioni: Per formare questa anti-invecchiamento maschera di cura della pelle che ha anche un effetto schiarente, mettere tutti gli ingredienti in un frullatore o mosto a mano in una ciotola. Utilizzare le dita per diffondere la maschera sul viso e collo e lasciare in

posa per almeno 30 minuti,
preferibilmente più a lungo, prima di
rimuovere.

Per la pelle secca: Miele e Maschera
Egg

Avrai bisogno

1 cucchiaino di miele

tuorlo d'uovo 1

olio di mandorle 1/2 cucchiaino

1 cucchiaino di yogurt

Istruzioni: Mettere tutti gli ingredienti in
una ciotola e mescolare fino a quando

diventa appiccicoso e di spessore.

Applicare la maschera sul viso per 5 minuti e lavare accuratamente il viso con un sapone delicato del viso. stimola miele e leviga, uova e mandorle penetrare l'olio e idratare, e affina yogurt e restringe i pori. Il tuorlo d'uovo aiuta anche a schiarire la pelle.

Per la pelle stanca: Maschera Almond
Yogurt Miele

Avrai bisogno:

6 once yogurt naturale

mandorle $\frac{1}{4}$ oz finemente tritati

miele 2 cucchiaini

olio 2 cucchiaini di germe di grano

Istruzioni: Mescolare tutti gli ingredienti in una pasta liscia. Applicare e massaggiare il composto nella pelle. Mantenere la maschera per 20 minuti.

Per la pelle grassa: Miele-Papaya Mask

Avrete bisogno di:

$\frac{1}{3}$ tazza di cacao

tre cucchiaini di panna

$\frac{1}{3}$ tazza papaia matura

1/4 tazza di miele e tre cucchiaini di
polvere di farina d'avena

Istruzioni: Mescolare e applicare sul
viso. Dopo 10 minuti, lavare il viso con
acqua tiepida. Questo anti
invecchiamento della pelle cura
maschera FASK aiuta a guarire le
macchie della pelle, nutre, tira fuori le
impurità, riequilibra il pH della pelle, e
lascerà la vostra pelle luminosa e
morbida. Buon per la pelle a tendenza
acneica.

Per la pelle grassa: Carota Maschera

per il viso

Il tuo avrà bisogno

2-3 carote

4 1/2 cucchiaini di miele

Istruzioni: cuocere le carote e poi schiacciarle in su. Mescolare le carote con miele e mettere in frigo per 10 minuti. Applicare delicatamente sulla pelle e aspettare per dieci minuti.

Risciacquare con acqua fredda. Le carote sono noti per essere ricco di vitamina A e C. Sono inoltre ricche di potassio. Vitamina A e C sono antiossidanti. Il miele contiene zucchero,

enzimi, minerali, vitamine e aminoacidi.

Per le pelli sensibili: Banana e
maschera al miele

Avrai bisogno

1/2 banana schiacciata

1/4 tazza di farina d'avena, cotto con il
latte

1 uovo

miele 1/2 cucchiaino

Istruzioni: Mescolare gli ingredienti
insieme. Massaggiare sul viso con un
movimento lento, circolare e lasciare

agire per 15 minuti. Risciacquare con acqua tiepida. Farina d'avena è ricco di vitamine nutrienti e minerali; deterge delicatamente e guarisce la pelle. Le banane contengono vitamina A; uova contengono lecitina, un emolliente naturale della pelle; e miele aiuta a mantenere manto acido naturale della pelle.

Per tutti i tipi di pelle: Miele e Lavanda
Maschera per il viso

Avrai bisogno:

1 cucchiaino di miele grezzo

3 gocce di olio essenziale di lavanda

Istruzioni: mescolare gli ingredienti, inumidire il viso con acqua tiepida, e liscia sulla miscela di miele e lavanda. Lasciare la maschera per 15 minuti. Poi risciacquare con acqua tiepida.

Per pelle alleggerimento Effect (tutti i tipi di pelle): miele e limone Maschera per il viso

Il tuo bisogno di:

1 cucchiaino di miele

1 cucchiaino di succo di limone

Istruzioni: Mescolare i due ingredienti e applicare come una maschera.

Risciacquare dopo 20-30 minuti.

Honey Bee Pollen Maschera per il viso

Infine, voglio condividere con voi la mia maschera preferita - miele e delle api maschera polline. Anche se è composta da due soli ingredienti naturali, vale a dire il miele grezzo e polline d'api (terra a forma di polvere), i vantaggi che offre sono troppi. Ricco di vitamine, minerali, aminoacidi, antiossidanti, questa maschera delicata

in grado di ridurre efficacemente le rughe, ringiovanire, il tono e la pelle chiara in giorni. E adatto a tutti i tipi di pelle, questa maschera funziona bene in pelle sana nutrire e proteggere così come la guarigione e la pelle di riparazione che viene turbato da acne, rosacea, rash, eczema e altri problemi. Seguire le istruzioni nell'immagine da preparare. Lavare la maschera via dopo lasciando per circa 30 minuti ad un'ora. Applicare un paio di volte a settimana. E 'incredibilmente facile.

Maschera al miele di limone per la depilazione del viso

La maschera al miele di limone è un modo semplice e sicuro per ammorbidire e sbarazzarsi di peli sul viso nel corso del tempo. Metti via quei duri rasoi e prodotti chimici e provare questo!

Nota: Questo trattamento popolare è controverso in quanto è sembra troppo bello per essere vero. Molti sono scettici sul fatto che lo fa davvero il lavoro. Sembra funzionare bene per quelli con i peli facciali bene (al

contrario di capelli spessi, scuri del viso o sopracciglia), ma nulla di male nel provare dato che è una maschera così gentile.

1. Mescolare 1 cucchiaino di miele, 1/2 cucchiaini di farina d'avena a terra, e qualche goccia di succo di limone fresco
2. Applicare la pasta come una maschera sul viso
3. Lasciare agire per circa 15 minuti e poi risciacquare.
4. Ripetere 2-3 volte a settimana per 3-4 settimane per eliminare i peli del viso.

3 maschere fragrante viso miele

Qui ci sono tre aromatiche maschere facciali di miele che si può facilmente fare da soli da casa. Più di deliziosi, questi trattamenti di bellezza nutrienti vi sorprenderà con meravigliosi risultati per la tua pelle!

(Nota: avvolgere un asciugamano intorno al collo come il miele può gocciolare e ottenere appiccicoso.)

Miele e noce moscata Maschera per la

guarigione cicatrici da acne

Questo è un rimedio terapeutico lenitivo per cicatrici da acne. Le sue proprietà antinfiammatorie aiutano a prevenire le infezioni della pelle, ridurre il rossore e gonfiore, accelerare la guarigione delle ferite e alleggerire i segni di cicatrici quando applicato regolarmente nel corso del tempo. Usalo per una carnagione più chiara e più liscia.

Avrai bisogno:

1 cucchiaino di miele

1 cucchiaino di noce moscata

Istruzioni: Unire il miele e la noce moscata e applicare la miscela di affrontare, in particolare sulle aree con l'acne. Non strofinare la maschera come la noce moscata può essere troppo dura per un po' la pelle. Lasciare in posa per 30 minuti e poi risciacquare.

Miele e cacao maschera per rilanciare la pelle opaca e senza vita

Coccola and ringiovanire la pelle con questa maschera al cioccolato anti-aging. Questo può sembrare un decadente viso di indulgere in, ma è

tutto vale la pena; i suoi flavonoidi e antiossidanti lascerà il viso ben idratata, morbida e luminosa.

Avrai bisogno:

1 cucchiaino di miele

1 cucchiaino di cacao in polvere

Istruzioni: Unire il miele e cacao in polvere e applicare la miscela su viso e collo. Lasciare agire per almeno 30 minuti e poi risciacquare.

Miele e zafferano per il trattamento di
ruvida pigmentato Pelle

Seguire questo regime di bellezza un paio di volte a settimana per una pelle luminosa, liscia ed elastica. Brulicante di proprietà anti-batteriche, miele e zafferano è utile per migliorare il tono della pelle e riducendo macchie e pigmentazione.

Avrai bisogno:

1 cucchiaino di miele

1 cucchiaino di zafferano

Istruzioni: Unire il miele e zafferano e applicare la miscela su viso e collo. pelle di massaggio in un movimento

circolare. Lasciare agire per 30 minuti e poi risciacquare.

Capitolo 8: Può un diabetico mangiare il miele?

I diabetici usano per essere detto che non dovrebbero mangiare lo zucchero, dolci o dessert. Tuttavia, non è la quantità di zucchero che si mangia che conta di più, ma l'assunzione di carboidrati totale, secondo l'American Diabetes

Association. I carboidrati non si trovano solo in zuccheri, come ad esempio nel miele, sciroppo d'acero, zucchero bianco, zucchero di canna e sciroppo d'agave, ma sono presenti anche in grandi quantità nei cereali, verdure

ricche di amido e frutta. Si dovrebbe limitare l'assunzione di carboidrati a 45 g per 60 g per pasto per un miglior controllo degli zuccheri nel sangue, secondo l'American Diabetes Association.

contenuto di carboidrati

Miele, come tutti gli altri zuccheri, è una fonte concentrata di carboidrati. Un cucchiaino di miele fornisce 17,3 g di carboidrati, mentre un cucchiaino ha 5,8 g di carboidrati, secondo il database USDA Nazionale di nutrienti. Anche se questi importi possono apparire piccola,

è possibile aggiungere fino rapidamente a seconda di quanto si utilizza in una sola volta. E' una buona idea per monitorare l'assunzione di carboidrati. Annotare il cibo che si mangia, con la porzione corrispondente, e stimare il contenuto di carboidrati di ciascuno di questi alimenti con etichette dei prodotti alimentari o tabelle di composizione degli alimenti. Aggiungilo e fare in modo che ciascuno dei vostri pasti forniscono non più di 45 g per 60 g di carboidrati. Se il miele può andare bene all'interno del vostro budget di

carboidrati, il controllo degli zuccheri nel sangue non deve essere compromessa.

Un dolcificante sano?

Il miele è spesso considerato un dolcificante sano rispetto allo zucchero bianco o alto contenuto di fruttosio sciroppo di mais. Anche se è più naturale e meno elaborati, contiene ancora circa la stessa quantità di zucchero come qualsiasi altro tipo di dolcificanti nutritivi. Ad esempio, 1 cucchiaino. di zucchero semolato ha 4,8 g di carboidrati, 1 cucchiaino. di

zucchero di canna ha 4,5 g di carboidrati, 1 cucchiaino. di sciroppo di mais ha 5,6 g di carboidrati e 1 cucchiaino. di sciroppo d'acero ha 4,5 g di carboidrati. La quantità di carboidrati importa più della qualità dei carboidrati quando si tratta di diabete.

Più alto contenuto di fruttosio

Zuccheri hanno differenti proporzioni di saccarosio, che è una molecola formata da un legame di glucosio con fruttosio, glucosio libero e fruttosio libera. Tutti questi rientrano nella categoria dei

carboidrati e l'impatto i livelli di zucchero nel sangue in modo simile. La metà dello zucchero nel miele si trova sotto forma di fruttosio, che può essere una preoccupazione per il diabete a causa del modo in cui il fruttosio può avere un impatto negativo tuoi lipidi nel sangue, soprattutto i trigliceridi, a seconda del numero di gennaio 2008 di "Diabetes Care". Evitare di consumare grandi quantità di fruttosio per prevenire le malattie cardiovascolari.

Utilizzando miele con il diabete

Se vi piace il sapore del miele e si desidera aggiungere un tocco di dolcezza alla vostra dieta, cercare di mantenere la quantità di cibo molto piccole. Per esempio, si potrebbe aggiungere 1/2 cucchiaino. di miele per il tè, per yogurt o alla vostra farina d'avena. Anche se tale importo è piccolo, il vostro palato sarà regolare a una assunzione di zucchero inferiore e si sarà in grado di rilevare godere il sapore sottile di miele in piccole quantità, pur mantenendo il diabete sotto controllo.

Miele e cannella per il trattamento del diabete

Il diabete è una condizione in cui il corpo non usa l'ormone insulina correttamente. Ciò si traduce in livelli di zucchero nel sangue, che può portare a indurimento delle arterie e diminuire il flusso di sangue ai vostri organi. Se siete diabetici, incorporando miele e cannella nella vostra dieta quotidiana può fornire una serie di vantaggi.

Miele e glicemia

Il consumo di miele potrebbe abbassare i livelli di glucosio, secondo uno studio condotto da ricercatori presso l'istituzione islamica per l'educazione negli Emirati Arabi Uniti. Hanno scoperto che i soggetti diabetici che consumano 250 ml di acqua con 75 grammi di miele al giorno per 15 giorni riduzioni dei livelli di glucosio nel sangue rispetto a quelli ingestione di destrosio esperti. I risultati sono stati pubblicati nel numero della primavera 2004 ", Journal of Medicinal Food."

Miele e colesterolo

I diabetici sono ad aumentato rischio di sviluppare livelli elevati di colesterolo, che possono aumentare il rischio di malattie cardiache. Gli scienziati della Medical Sciences University di Teheran in Iran hanno studiato gli effetti del consumo di miele su diabetici di tipo 2. I pazienti sono stati assegnati in miele o un placebo al giorno per otto settimane. Gli scienziati riportati nel numero di novembre 2009 di "International Journal di Scienze degli Alimenti e Nutrizione" che quelli del gruppo di miele

diminuisce con esperienza in colesterolo cattivo LDL e aumenti di colesterolo buono HDL rispetto a quelli che avevano assunto un placebo. I ricercatori hanno affermato che il miele dovrebbe essere utilizzati con cautela, dal momento che hanno scoperto che ha aumentato i livelli di emoglobina A1c, un indicatore di controllo della glicemia, per un periodo di tre mesi.

Capitolo 9: Miele rimedio per i disturbi

PER tagli e le ustioni:

Per migliaia di anni, il miele è stato riconosciuto come uno dei più casa rimedi naturali per il trattamento di una vasta gamma di disturbi e denunce, tra cui l'infezione del lievito, piede d'atleta, e il dolore da artrite. Le sue proprietà antisettiche inibisce la crescita di alcuni batteri e aiuta a mantenere ferite esterne pulite e libero da infezioni. Miele è stato usato come una cura naturale nel trattamento di primo soccorso per ferite,

ustioni e tagli quanto è in grado di assorbire l'umidità dall'aria e promuovere la guarigione. Le sue proprietà antibatteriche prevenire l'infezione e funziona come un agente anti-infiammatorio, riducendo sia gonfiore e dolore, e anche cicatrici. E 'opinione diffusa che UMF Manuka è il miele preferito per medicazione a causa della sua forte proprietà antibatteriche.

PER postumi di una sbornia:

Quando si riceve una sbornia da bere troppo alcol, combattere i suoi effetti

applicando miele rimedio. Miele è delicato sulla stomaco e contiene una miscela di zuccheri naturali come fruttosio che è noto per accelerare l'ossidazione dell'alcol dal fegato, in qualità di agente 'fa riflettere'. Seguire questa ricetta: 15 ml di miele liquido con 80 ml di succo d'arancia e 70 ml di yogurt naturale. si fondono insieme fino al liscio.

Il mal di gola:

Uno dei più noti benefici per la salute di miele è che è in grado di contribuire a

trattare il mal di gola. Grazie alle sue proprietà antimicrobiche, il miele non solo lenisce la gola, ma può anche uccidere alcuni batteri che causano l'infezione. Cantanti professionisti usano comunemente il miele per lenire la gola prima performance. I cinesi credono che l'eccesso di "heatiness" nel corpo provoca mal di gola e tenendo bevanda miele può essere utile. Direzione: Prendere un cucchiaino di miele per lenire l'infiammazione o gargarismi con una miscela di due cucchiaini di miele, quattro cucchiaini di succo di limone e un

pizzico di sale.

Per l'insonnia:

Non riesce a dormire? Utilizzare il famoso latte e miele rimedio. Prendete un bicchiere di latte caldo con un cucchiaino di miele per calmare l'anima e indurre il sonno. In alternativa, aggiungere 1 o 2 cucchiaini di miele per una tazza di camomilla e SIP.

Capitolo 10: Benefici per la salute di miele e cannella

Quando gli ingredienti naturali sono combinati insieme in certe proporzioni, grande lavoro per la cura di molte condizioni. Uno di tale combinazione sorprendente è miele e cannella. Questa combinazione è stata usata per secoli per promuovere il benessere generale e curare molte condizioni e malattie.

Anche se, vi è una mancanza di prove scientifiche, molte persone giuro per questo semplice rimedio a casa.

Questo trattamento naturale è ben noto nella medicina tradizionale cinese (MTC), Unani Medicina (greco),

ayurvedico e Tibb (il che significa che la scienza di farmaci a base di trattamento naturale in Oriente).

Secondo gli esperti nella medicina tradizionale cinese, la cannella è caldo. Produce calore nel corpo che è conosciuto come "yang". Yang cura "yin", che significa freddezza. Miele, d'altra parte, è neutro ed equilibra sia "Yang" e "yin".

Prima di elencare le proprietà curative del miele e la combinazione di cannella, è estremamente importante conoscere il vero cannella e distinguerlo da cassia.

La vera cannella è noto anche come cannella di Ceylon. Il tipo di falso o cassia è tossico e non è raccomandato per i farmaci o l'uso regolare. E 'anche vietato in alcuni paesi.

pasta 1. antibatterico

Il miele possiede proprietà antibatteriche. Questa affermazione è supportata da numerosi studi. Combatte contro le infezioni esterne ed interne. Cannella possiede anche proprietà anti-infiammatorie e antiossidanti. Quando combinati insieme, formano una grande

pozione infezioni esterne.

2. Per Cuore

Dieta sana, stile di vita attivo e moderato esercizio sono ottimi modi per mantenere un cuore sano. Facendo una bevanda di cannella e miele su base regolare può prevenire le malattie cardiache deselezionando le arterie intasate.

3. Infezioni della vescica

Miele e bere cannella è una soluzione

anti-batterico eccellente per il trattamento delle infezioni della vescica e cistite batterica. Le proprietà antimicrobiche e curative di entrambi gli ingredienti grande lavoro per pulire la vescica fuori tutte le infezioni.

4. Artrite Trattamento

Persone riferiscono di aver notevolmente migliorato le loro condizioni in pochi giorni da bere la miscela due volte al giorno. Per curare l'artrite, aggiungere un cucchiaino di cannella di Ceylon e un cucchiaino di

miele grezzo o di Manuka. Bere mezzo bicchiere prima di colazione e mezza prima di andare a letto. Uno studio è stato condotto in Università di Copenaghen in cui i pazienti sono stati dati miele e cannella nel trattamento dell'artrite. Dopo una settimana di tempo, si è riscontrato che 73 su 200 pazienti sono stati sollevati dei loro sintomi. Dopo un mese di prova, quasi tutti i pazienti sono stati in grado di camminare e di lavoro.

5. trattamento della gengivite

I ricercatori in Nuova Zelanda hanno trovato il miele di Manuka efficace nella lotta contro la peste dentale, gomme prurito, infezioni ed emorragie.

Applicare il miele e pasta di cannella per gengive ogni giorno è un trattamento efficace per sanguinamento delle gengive.

6. carie

Questo è un po' controverso. I ricercatori di New York hanno suggerito che il miele può causare la carie. Tuttavia, è stato suggerito dagli

scienziati in Nuova Zelanda che il miele può effettivamente impedire carie a causa delle sue proprietà antimicrobiche. Applicando la pasta per le gengive regolarmente e mantenere l'igiene orale trattare le gengive infette, e prevenire la carie.

7. Aiutare Digestione

Si pulisce il colon, eliminando le tossine. Aiuta a promuovere buoni batteri nel colon con conseguente migliore digestione.

8. gonfiore, gas e reflusso acido

Aiuta a proteggere la parete dello stomaco dal rivestimento esso. Con la pulizia del sistema di batteri cattivi, aiuta a guarire qualsiasi infezione contribuendo così a trattare i sintomi di gonfiore, gas e reflusso acido.

9. Perdita di peso

C'è un enorme prove aneddotiche che miele e cannella opere per ridurre il peso. Nel loro insieme, la soluzione brucia il grasso più velocemente. Esso

regola anche le abitudini alimentari, eliminando il desiderio di cibo.

10. Mental Allerta

Molte persone riferiscono che il miele funziona alla grande per migliorare la memoria. Quando prese con cannella, aumenta la prontezza mentale e migliora la memoria. Il trattamento del cancro
Come molte altre affermazioni, questo non è provata scientificamente. Può rivelarsi utile nel ridurre le probabilità di cancro, eliminando i radicali liberi. Alcune persone hanno anche riferito di

aver trattato della mammella e del colon utilizzando miele e cannella.

12. Energia Aumentare

Miele è ricco di molti minerali e vitamine, mentre la cannella contiene calcio, ferro, vitamina C, vitamina K, manganese e fibre. Quando combinato fanno un grande tonico amplificazione immuni. Prendendo miele e tè di cannella aumenta regolarmente i livelli di energia, forza fisica e prontezza mentale.

13. Curare l'acne e brufoli

Applicando la pasta miele e cannella per l'acne può liberare il pelli di acne e brufolo problema. Il miele è antibatterico e cannella è anti-infiammatori e anti-ossidante. Miele nella pasta aiuta bastone di cannella per la pelle più a lungo.

15. Tosse

Prendendo la soluzione in acqua tiepida riduce sia tosse secca e flemmatica. Si cancella il catarro dal petto e alleviando così i sintomi della tosse.

16. morsi di insetto

Grande per il prurito o dolore derivante da punture di insetti. Prendere un cucchiaino di miele e mescolare in due cucchiaini di acqua. Aggiungere mezzo cucchiaino di cannella e applicarlo alla zona interessata. Si rivive il dolore o prurito istantaneamente.

Perdita di capelli 17.

Mescolare un cucchiaio di miele in egual quantità di olio extra vergine di

oliva biologico. Aggiungere un cucchiaino di cannella in polvere alla miscela e mescolare per fare una pasta. Applicare la pasta per le zone calve o patch sulla testa. Lasciare per 15 minuti e poi lavare con acqua tiepida con uno shampoo a base di erbe.

18. Colesterolo

assunzione regolare di miele in piccola quantità mescolato con cannella in polvere abbassa il colesterolo cattivo. Si abbassa la pressione sanguigna e cancella gli zoccoli nelle arterie.

Sostituzione altra assunzione di grassi con olio extra vergine di oliva funziona come un tonico ridurre il colesterolo cattivo.

19. Mal di denti

Mescolare un cucchiaino di cannella con 2 cucchiari di miele e applicare ai dolori dei denti più volte al giorno fino a quando il dolore scompare.

20. alito cattivo

Mescolare una pari quantità di miele e

cannella e aggiungere un po 'd'acqua tiepida e mescolare per amalgamare bene. Gargarismi con la soluzione prima cosa la mattina e il respiro rimane fresco tutto il giorno.

21. Indigestione

Cospargere una piccola quantità di erba su un cucchiaino di miele e mangiare prima dei pasti. Aiuta a digerire anche il più pesante dei pasti.

22. impotenza e sesso Boost

Provare e vedere la differenza!

Aggiungere un cucchiaino di erba in 300 ml di acqua calda. Lasciare per 15 minuti per raffreddarsi. Aggiungere un cucchiaio di materie prime, di manuka o miele biologico. Bere metà prima colazione e la restante metà prima di andare a letto.

23. Promuovere l'immunità del sistema
si mantenere il sistema immunitario forte
e le malattie non si toccheranno.

Entrambi gli ingredienti sono anti-batteriche e anti-virali di fare del corpo

abbastanza forte per combattere e uccidere i batteri e virus pericolosi. Il miele contiene anche vitamine e minerali che forniscono il corpo con sostanze nutritive essenziali.

24. Trattare eccessiva flatulenza

Ci sono notizie contrastanti degli utenti rispetto al trattamento dei flatulenza usando la combinazione di cannella e miele. Alcune persone riferiscono aumento del vento, mentre altri giurano da esso. A seconda della salute fisica dell'individuo, che può funzionare per

alcuni e non per altri. Fare un tentativo mangiando un cucchiaino di miele prima di ogni pasto e cospargere un cucchiaino di cannella sul cibo per godere del suo gusto perfetto e raccogliere i suoi veri benefici.

25. Altri vantaggi

L'elenco non è affatto esaustivo e le persone sono state usando per molte altre condizioni come il diabete, crampi alle gambe, debolezza generale, perdita di memoria, le ulcere, la guarigione

delle ferite, herpes, prurito anale etc.

Come prenderlo?

Si può prendere in forma bevanda per benefici per la salute interne o utilizzare la pasta per le applicazioni esterne. È semplice e facile. Miele e cannella può anche prendere aggiungendolo il succo di frutta, frullato, gelato, yogurt, caffè, pane, cereali, ecc

Come fare miele e cannella del tè o bere? Avrai bisogno:

Una tazza o vetro

200 a 300 ml di acqua

Bollitore elettrico

Terra cannella di Ceylon

Miele

Far bollire l'acqua nel bollitore elettrico

Mettere un cucchiaino di cannella in
tazza

Versare l'acqua calda nella tazza

Mescolate per amalgamare bene.

Lasciare per 15 minuti e lasciate
raffreddare

Aggiungere due cucchiaino di miele e

mescolare per amalgamare bene.

Bere mezzo bicchiere prima di colazione

Bere mezzo bicchiere prima di andare a letto.

Come fare la pasta? Che cosa hai bisogno:

Un cucchiaino e una piccola ciotola
cannella in polvere

Miele

Olio extra vergine di oliva (opzionale)

Prendere un cucchiaino di cannella

Aggiungere un cucchiaino di olio extra vergine

Aggiungere un cucchiaino di miele

Mescolare bene per fare una pasta

Se la pasta è troppo densa, aggiungere un po 'd'acqua.

Capitolo 11: il valore nutrizionale del miele

Composizione media del Miele

Miele è principalmente fruttosio (38%), glucosio (31%), acqua (17%), maltosio (7%), e piccole quantità di trisaccaridi, altri carboidrati superiori, saccarosio, minerali, vitamine ed enzimi.

Vitamine - tracce

Tiamina, riboflavina, niacina, acido pantotenico, vitamina B-6, vitamina B-12, acido folico, vitamina C, vitamina A, vitamina D, vitamina E, vitamina K

Minerali - tracce

Calcio, rame, ferro, magnesio.

Manganese, fosforo, potassio, sodio,
zinco

Antiossidanti - enzimatico e non
enzimatico

Catalasi, acido ascorbico, flavonoidi

Capitolo 12: Propoli potente antibiotico naturale

La propoli è un antibiotico naturale fatta da api che sta rapidamente guadagnando popolarità nell'applicazione dei rimedi a casa! E 'un prodotto delle api che fa girare la testa e noi motivo di wow alla meraviglia della natura e ammirare la capacità degli insetti altamente organizzata - miele d'api. Godetevi l'affascinante storia di propoli e di come le api usano per proteggersi dalle malattie.

Alcuni alberi e conifere producono

resine adesive come parte del loro sistema immunitario a difendersi contro le malattie. Le api da miele raccolgono queste sostanze che trasudano dalle gemme di queste piante. (La ricerca ha scoperto che le api fanno scelte discrete tra le specie di piante resinose. PLoS One Journal, ottobre 2013) Dopo di loro la masticazione e mescolandoli con la loro saliva e altre sostanze, si forma propoli. Questa sostanza nutriente è di vitale importanza per la sopravvivenza delle api da miele in alveare. È stato creato per sterilizzare l'alveare e

proteggerlo da malattie e infezioni. È interessante notare che, "propoli" significa "a difesa della città" in greco. Non solo aiuta a inibire la diffusione di batteri, virus e funghi che altrimenti costituire una minaccia significativa nei quartieri strettamente maglia, ma aiuta anche a combattere contro i cambiamenti climatici, come il vento e il freddo. Propoli contiene circa 50-70% resine, cera 30%, 10% oli eterici e 5% di polline. È particolarmente ricco di aminoacidi che sono essenziali per un sano funzionamento del sistema

immunitario. Ha un alto contenuto di vitamina (vitamina A (carotene), vitamina B1, B2, B3, biotina) ed è estremamente ricco di bioflavonoidi (vitamina P), che sono pigmenti naturali di frutta e verdura che si ritiene di avere numerosi immunitario proprietà edilizia e benefici per la salute . propoli contiene quasi 500 volte più bioflavonoidi che si trova nelle arance! Esso contiene anche una serie di albumina, calcio, magnesio, potassio e fosforo. Come pappa reale e polline d'api, contiene un certo numero di

composti non identificati, che lavorano insieme sinergicamente per creare un equilibrato, la sostanza nutritiva.

Propoli possono essere acquistati completamente crudo e non trasformati, ma nel suo stato naturale è una sostanza appiccicosa ed è molto difficile da gestire. Alcuni apicoltori saranno pacchetto crudo e congelarlo in piccole porzioni. Può essere aggiunto ad un macinacaffè allo stato congelato e terra per un facile consumo. La maggior parte dei produttori utilizzano un processo in

cui i principi attivi sono 'lisciviati' in acqua o alcool, allora o confezionati in forma liquida o secchi e incapsulate. A causa della sua antibatterica, antimicotica, antivirale, effetti anti-infiammatori e antiossidanti, questa sostanza preziosa è stato usato come una cura naturale e agente di guarigione per molti secoli. Ha la capacità di fornire una protezione contro gli invasori infettive, promuovere la guarigione e la rigenerazione dei tessuti, e fornisce una fonte superiore di energia e la resistenza. Pubblicizzato come un

unguento eccezionale per tagli e ferite di guarigione e di trattamento per tonsillite, ulcere della bocca e le infezioni intestinali, propoli contiene un componente attivo, caffeico acido Phenethyl Ester noto per essere efficace nel trattamento di molti altri disturbi infiammatori che portano al danno cellulare / morte.

Propoli è anche usato come alternativa naturale alla penicillina e altri antibiotici. Si dice che sia particolarmente sicuro ed efficace e

inibisce l'effetto di resistenza-costruzione che è un fattore negativo con antibiotici prescrizione. Infatti, nei paesi dell'ex blocco orientale, dove l'apicoltura è ampiamente praticata, gli antibiotici non sono mai stati ampiamente disponibili. Per aiutare a prevenire molte malattie, ospedali e cliniche in questi paesi raccomandato il lavaggio, gargarismi o irrigare i seni con questo risciacquo antibiotico naturale, così come la presa per via orale. Una buona arma contro i batteri quando viene utilizzato per via topica, propoli può

prevenire le infezioni della pelle, acne, ustioni, punture di insetti e può aiutare a guarire le infezioni che hanno già iniziato. Secondo una ricerca pubblicata da *Fitoterapia Research Journal*, nel 2010, gli scienziati della *Strathclyde University*, in Scozia testati composti estratti dalla colla ape su 15 diversi ceppi del superbug virulenta MRSA (*Staphylococcus aureus* resistente alla meticillina, un batterio responsabile di decine di migliaia di infezioni e decessi all'anno) e ha scoperto che sembrava lavorare contro oltre il 50% dei ceppi e

impedire loro di crescere. Lo studio è stato la risposta del università per l'urgente necessità di scoprire e sviluppare nuovi antibiotici da fonti naturali come alternativa ai farmaci anti-MRSA attuali. La propoli è stato indagato perché le api usano come una colla antisettico per sigillare fessure tra favi e preservare i loro alveari dalla contaminazione microbica.

Molti altri propoli 'sanitarie e medicinali benefici pubblicizzati sono i seguenti:

1. costipazione cronica corretta

2. livello di colesterolo più basso
3. regolare la glicemia. Studi hanno dimostrato che la propoli in grado di inibire gli enzimi che aumentano lo zucchero nel sangue e suoi composti antiossidanti avere sangue benefici di zucchero di stabilizzazione.
4. combattimento cellule cancerose
5. Boost e rafforzare il sistema immunitario del corpo
6. Heal infezioni della pelle

Nota di cautela: propoli è generalmente

non tossico, anche se sono state riportate reazioni allergiche, come eruzioni cutanee, gonfiore, arrossamento, eczema o febbre. Poiché gli effetti di questa sostanza api durante la gravidanza e l'allattamento al seno non sono stati sufficientemente valutati, le donne non dovrebbero usarlo durante questi tempi se non indicato in modo da un medico.

Capitolo 13: Miele per bronchite e asma

Il miele può essere un ottimo rimedio naturale per alleviare il dolore e l'infiammazione sia da bronchite e asma. Per la bronchite mescolare il miele grezzo con succo di limone appena spremuto. Mescolare parti uguali insieme e prendere il cucchiaino o mescolare con acqua calda per un drink rilassante. Mescolando questi due ingredienti deliziosi insieme lenire il tuo mal di gola, oltre a fornire sollievo dalla tosse e congestione. Il limone vi

darà un impulso molto di vitamina C e il miele grezzo che è naturalmente antibatteriche e anti-fungine aiuterà il vostro corpo nel processo di guarigione.

Per l'asma è la propoli nel miele grezzo che è benefico. La propoli è sia anti-allergici e anti-infiammatori e miele è ben noto per aiutare nel recupero del sistema immunitario a seguito di un attacco d'asma. Uno dei principali sintomi di asma è l'accumulo di muco nei bronchi causando airways costrizione. miele grezzo può lenire

queste membrane mucose rendendo più facile da respirare. Chi soffre di asma dovrebbero prendere un cucchiaino di miele grezzo tre volte al giorno per ottenere i benefici.

Capitolo 14: miele di Manuka per il cancro

Il miele è stato originariamente utilizzato per scopi terapeutici, in quanto ha proprietà antibatteriche, ma è stato sostituito da antibiotici, come la penicillina e droghe sintetiche nel 1940 e 1950. Ora l'interesse nel miele come un agente antibatterico topico contro le infezioni superficiali come ulcere, ustioni, lesioni e ferite chirurgiche si rinnova. L'attività antibatterica del miele è causa del suo elevato contenuto di osmolarità, acidità e idrogeno. Miele di

Manuka ha recentemente alcune recensioni perché il suo effetto antibatterico non solo è collegato con il contenuto di idrogeno, ma con ingredienti di origine vegetale. batteri Staph (Staphylococcus aureus), che è resistente a molti antibiotici ed è l'agente primario di sepsi nelle ferite sono anche molto sensibili alla attività antibatterica di Manuka miele. l'attività antimicrobica del miele di Manuka rispetto ad altri tipi di miele, è stato osservato in diversi studi:

- Diversi tipi di miele sono stati testati

contro *Escherichia coli* e *Staphylococcus aureus*, che infettano le ferite. Questi due organismi sono più sensibili al Manuka miele, nuovo illustrante la presenza di componenti specifici, come il perossido di idrogeno.

- Più di recente, miele di Manuka è stato trovato per essere efficace contro *Helicobacter pylori*, che è patogeno per stomaco e intestino ed è coinvolto nella formazione di ulcere gastriche e delle ulcere duodenali ¹², e il cancro gastrico. *Helicobacter pylori* preso dalla ulcera con biopsie era sensibile ad una

soluzione al 20% di Manuka miele. La crescita di questi batteri è stato completamente interrotto con una soluzione di 5-% del miele di Manuka.

I principali tipi di microrganismi sensibili alla Manuka miele sono:

I batteri *Escherichia coli*

Propionibacterium

Proteus vulgaris

Pseudomonas

Staphylococcus aureus

Citrobacter freundii

Proteus mirabilis

Salmonella

Streptococcus faecalis

Streptococcus pyogenes

Helicobacter pylori

Nei primi 80-anni del 20 ° secolo,

Dottore in Scienze Biochimiche

dell'Università di Waikato Peter Mola

era interessato alle proprietà uniche di

miele di Manuka e dedicò la sua vita

allo studio di essa. È a capo di un team

di scienziati di studiare il miele di

Manuka tea tree. Studi clinici, iniziati

nel 1980 hanno dimostrato che un

particolare tipo di miele dai fiori della pianta Manuka può essere utilizzato con successo nel trattamento di infezioni batteriche gravi, anche contro batteri resistenti ad altri agenti antimicrobici. Negli ultimi 25 anni ha guidato la ricerca in Apiterapia circa l'uso di tea tree miele di Manuka in medicina. Ufficialmente miele di Manuka è stata accettata nel Regno Unito e in Australia, e in Nuova Zelanda. All'inizio del 2007, il miele di Manuka è stato approvato per l'uso come una medicazione antimicrobica in Canada.

Miele di Manuka è ampiamente usato per il trattamento di ferite settiche in Nuova Zelanda. Nel corso degli ultimi due decenni, gli studi di laboratorio hanno scoperto le caratteristiche uniche del prodotto. Oggi, la Nuova Zelanda Associazione attivo miele di Manuka ha detto che 120 tonnellate di miele vengono vendute ogni anno, guadagnando quasi \$ 10 milioni all'anno. South African Medical Journal ha riferito che nel 2006, durante l'esperimento dei cercatori d'oro, che hanno usato il miele di Manuka, è stato

dimostrato che è più efficace di un gel standard per tagli e abrasioni. European Journal of Medical Research ha riferito che nel 2003, miele di Manuka è stato utilizzato nel trattamento di ferite infette dopo taglio cesareo, il risultato ha superato ogni aspettativa - 85% tasso di successo, rispetto al 50% dei farmaci convenzionali.

Un motivo in più per il crescente interesse per il miele è che gli antibiotici tradizionali sono impotenti contro alcuni microbi. Nel 2000, l'Organizzazione Mondiale della Sanità

ha pubblicato un rapporto: "Dal 1970, nessuna nuova classe di farmaci antibatterici è stato sviluppato per combattere le malattie infettive". In media, dice il rapporto, "per la ricerca e lo sviluppo di mezzi per combattere le malattie infettive è necessario da 10 a 20 anni". Oggi, quasi tutti i gravi infezioni batteriche del mondo stanno diventando resistenti agli antibiotici comunemente prescritti. Ci auguriamo, quindi, che i prodotti naturali come il miele può contribuire a colmare questa lacuna. Alla riunione di maggio della

ferita European Management Association, i ricercatori hanno presentato i risultati di un piccolo studio di studiosi irlandesi di azione comparativa di miele di Manuka e ampiamente utilizzati idrogel spogliatoio, hanno fatto esperimenti con 100 pazienti con ulcere croniche. I pazienti con materiali di Manuka hanno tassi più elevati di trattamento e guarigione delle ulcere rispetto a quelli che hanno utilizzato il idrogel. Dopo quattro settimane, sette dei 10 ferite non mostravano presenza di batteri. Il

consumo di miele ogni giorno vi aiuterà ad evitare molti problemi di salute. Il miele è davvero in grado di sostenere e rafforzare il sistema immunitario. Nella stagione fredda, abbiamo molto spesso soffrono di raffreddore. Abbiamo già detto che il miele sostituisce la nutrizione multivitaminico quotidiano. Ora parliamo di come può essere utilizzato per controllare lo sviluppo di malattie, nel trattamento di malattie e di rallentare il processo di invecchiamento. Il miele è un unico sostanza commestibile naturale che non passerà

mai male. Gli archeologi hanno trovato il miele nelle tombe dei faraoni sigillate, mentre era ancora del tutto commestibile. Ciò ha portato gli scienziati a condurre una ricerca, che ha dimostrato che il miele ha proprietà di antibiotici. Special sostanza naturale, trovato nel miele, può prevenire la crescita di batteri. Una volta ingerito, il miele aiuta a sbarazzarsi di germi nocivi. Ad esempio, è possibile fermare la diarrea da mangiare miele. In questo modo non solo lenire il vostro stomaco, ma anche portare all'eliminazione dei

batteri che hanno causato il disturbo.

Tuttavia, non tutti i tipi di miele hanno uguali proprietà antibiotiche. Il più scuro il miele, maggiore è la sua capacità di agire come un antibiotico.

specie di pioppo e di grano saraceno di questo prodotto sono una scelta particolarmente buona. Miele di Manuka ha anche proprietà più utili. È fatta dal nettare del tea tree Manuka, che cresce in Australia. Viene usato nel trattamento delle infezioni sia interni che esterni.

popolazione dell'Australia usa spesso il miele di Manuka come gli antibiotici. Se

siete malati o vuole prevenire lo sviluppo della malattia, provate questo miele. Cucchiaino due volte al giorno in modo rapido vi aiuterà a sentirsi meglio.

Nel corso degli ultimi anni, i medici e gli scienziati sono sempre più spesso l'attenzione sulla necessità di misure preventive per combattere contro il cancro. I risultati mostrano che la presenza di radicali liberi nel corpo aumenta il rischio di cancro. Inoltre, i radicali liberi contribuiscono all'invecchiamento a più rapida e accorciano la durata della vita. Il miele

contiene flavonoidi vegetali, che
impediscono yaayce dei radicali liberi.

Capitolo 15: Miele rimedio per il mal di gola

Prendere 1 tazza (200 g) di viburno (possono essere congelati), versare 1 litro di acqua bollente e lasciate cuocere a fuoco basso per 15 minuti. Togliere dal fuoco, spremere e buttare viburno. Rendere il volume di 1 litro di acqua con acqua bollita. Aggiungere 2 cucchiaini di miele. Raffreddare e bere durante il giorno tutta l'acqua in parti uguali ogni ora. In una gola giornata fermare male. Per lubrificare le membrane mucose

della bocca, tonsille e posteriore della gola, così come per inalazione per il trattamento di infezioni respiratorie acute utilizzare kalanchoe con miele e propoli. Per preparare 100 g dell'emulsione, mescolare 78 g di miele (se il miele viene cristallizzato, quindi riscaldare in un bagno d'acqua), 15 ml di succo di Kalanchoe e 7 ml di un estratto alcolico 1% di propoli. Emulsione ha consistenza cremosa e un aroma gradevole. L'uso di questa emulsione (giornalieri due greasings delle pareti posteriori faringee per il trattamento di

faringite e tonsille per il trattamento di tonsillite con un batuffolo di cotone imbevuto di farmaco) per 20-30 giorni in molti casi porta ad una cura di malattie croniche della faringe, che può durare per molti anni o una vita.

Malattie infiammatorie della bocca possono essere trattati con una miscela di 4 g di tetraborato di sodio e 30 g di miele: 1/2 cucchiaino di miscela si sviluppa su bocca.

Bambino tonsillite cronica è curata con aloe mescolato con miele naturale nel rapporto 1: 3, tonsille grasso ogni

giorno per 2 settimane. Si può anche gargarismi con infuso di erbe (ortica, origano, timo, calendula, camomilla, salvia) con 4-5 gocce di tintura di propoli.

Per il trattamento dei tessuti molli della bocca, infezioni fungine, ulcere e piaghe sulle gengive, così come per il dolore persone utilizzano 2-4% di estratto alcolico di propoli. Per renderlo, 40 g di propoli secca è mescolato con 100 ml di alcool al 70%, fuso per 3 giorni.

Per il trattamento di angina, tonsillite cronica, malattie della lingua, gomme,

ecc far lavare con una soluzione acquosa al 30% di miele 3-4 volte al giorno (molti microbi sono distrutti). Per il trattamento di queste malattie, così come lesioni del tratto respiratorio si raccomanda di mantenere il miele in bocca fino a completa dissoluzione (1 cucchiaino 5-6 volte al giorno).

La maggior parte attiva per il trattamento delle malattie, causate da microrganismi piogeni, sono salvia, erica e mieli di trifoglio dolce. È possibile utilizzare anche calce, acacia, erba medica, trifoglio mieli.

Per il trattamento di alitosi è consigliabile dopo i pasti e durante la notte per sciacquare la bocca con una soluzione di miele (1 cucchiaino di miele in un bicchiere d'acqua) con un decotto di corteccia di quercia.

Uno dei metodi comuni di medicina tradizionale, usati per il trattamento di varie malattie degli organi respiratori, è l'uso di acqua di miele. Per prepararlo si prende il miele e aggiungere due volte la quantità di acqua. Poi mescolate e lasciate cuocere a fuoco basso, eliminando gradualmente la schiuma fino

a quando non è più formata.

Inoltre è possibile mescolare 2 cucchiaini di farfara, 2 cucchiaini di marshmallow, 1 cucchiaino di origano, 1 litro di acqua bollente, raffreddare miele pre-avvolto, aggiungere a piacere. Bere 1/2 tazza 3-4 volte al giorno.

Inoltre è possibile mescolare 1 parte di fiori di tiglio e 2 parti di corteccia di quercia o di due parti di fiori di tiglio e 3 parti di fiori di camomilla. Mescolare 1 tazza di acqua bollente con 1 cucchiaino di miscela, tenere a fuoco basso per 5 minuti, in infusione per 1

ora, scolarle. Gargle, brodo diluito con miele.

Versare 0,5 litri di acqua bollente, mettere 1 cipolla finemente sbriciolato, tenere a fuoco basso per 5 minuti, in infusione per 2 ore. Gargarismi con brodo di cipolla o succo di cipolla mescolato con miele.

I medici dell'antichità per il trattamento dell'angina raccomandato gargarismi con infuso di miele e il succo di guscio di noce verde. Versare 1 tazza di acqua bollente, mettere 1-2 cucchiaini di frutti verdi di noce crosta e tenere a fuoco

basso per 20 minuti con miele o zucchero. Diluire 1 cucchiaino in 1 tazza di tè 3-4 volte al giorno.

Per il trattamento di angina pizzicate petali gialli di fiori verbasco e preparare con il miele nel rapporto di 1:1. Conservare in un luogo caldo per 8 ore e poi mettere in frigo. Non appena si ha la gola rossa, utilizzare questo strumento 1 cucchiaino 3 volte al giorno prima dei pasti. Aiuta per il trattamento di tosse e laringiti infettive. Adulti prendere 1 cucchiaino di questo rimedio. Mescolare 1/2 tazza di succo di cipolla

e 2 cucchiaini di miele e accuratamente lubrificare gola 2-3 volte di fila. Allo stesso tempo, smorzare 2-3 senape intonaco in esso e metterli sulle piante dei piedi per 1 ora, poi avvolgere le gambe con panno di lana o indossare calze di lana e bere l'infuso di fiori di tiglio o di fiori di sambuco nero come un tè.

Per il trattamento di angina 1 cucchiaino di burro mescolato con la stessa quantità di miele, aggiungere un pizzico di bicarbonato e agitare la miscela di schiuma. La schiuma deve essere caldo

ubriaco.

Per il trattamento di angina e pleurite, si raccomanda di bere Viburnum caldo, mirtillo e ribes succhi di frutta con miele 3 tazze al giorno. È possibile preparare una fresca bacche e miele in un thermos per 2 ore e bevanda calda.

Per il trattamento di laringiti e perdita della voce è possibile utilizzare il brodo anice. Versare nella padella 1 tazza di acqua e mettere 1/2 tazza di semi di anice. Far bollire per 15 minuti. Un po' di brodo raffreddato viene drenata, mescolato con 1/4 tazza di miele di

tiglio e bollito di nuovo. Togliere dal fuoco e aggiungere 1 cucchiaino di brandy. Prendere 1 cucchiaino ogni 30 minuti. Questo farmaco è in grado di recuperare una voce per giorni.

Per il trattamento di laringiti (mal di gola, raucedine, tosse - secca e poi con la raucedine, malessere, mal di testa, febbre) prendere 1 cucchiaino di miele diluito in 1 tazza di acqua bollente, far bollire per 1 minuto. Poi fresco e gargarismi 2-3 volte al giorno. Inoltre è possibile grata 1/4 tazza di radice di zenzero sbucciato, versare un bicchiere

di miele e far bollire. Diluire 1 cucchiaino della miscela in 1 tazza di tè caldo, aggiungere 2 cucchiaini di zucchero, mescolare e bere. Dopo di che, avvolgere te stesso e andare a letto. Ripetere il processo 2-3 notti di fila.

Per il trattamento di mix seno 1 cucchiaino di succo di radice di ciclamino (venduti nei negozi di fiori), stesse quantità di succo di cipolla, miele, succo di Kalanchoe, Aloe, Vishnevsky unguento. Inumidire due ovatte, avvolte sulle partite, metterli nel naso per 30 minuti. Dopo 20 giorni di

trattamento, i seni mascellari vengono cancellati.

Per il trattamento del seno bollire mezzo un bollitore di acqua, mettere un cucchiaio di miele, coprirsi con foglio (un grande asciugamano) e respirare l'una o l'altra narice. Fare 9 procedure.

Per sciacquare per il trattamento della stomatite, tonsillite, e di fare clistere nella colite prendere 1 tazza di acqua bollente, 1 cucchiaio di fiori secchi di camomilla, dopo fresco, filtrare e aggiungere 1 cucchiaino di miele.

Per il trattamento di un aumento della

ghiandola tiroide (gozzo) spremere il succo di 10 limoni, macinare in un tritacarne 10 teste d'aglio, aggiungere 1 litro di miele. Infondere 7 giorni. Bere 4 cucchiaini 1 volta al giorno, consumando lentamente un cucchiaino alla volta.

Per il trattamento di angina fare un impacco con una miscela di miele, succo di aloe e vodka (2: 1: 3).

Per il trattamento delle vie respiratorie superiori utilizzo del tratto succo di cetriolo e miele: 2-3 cucchiaini. 2-3 volte al giorno.

Per il trattamento di russare e stressato si può macinare in un tritacarne o grattugiare alcuni grandi foglie di cavolo. Spremere pappa attraverso una garza. Il succo ottenuto (deve essere di almeno 1/2 tazza) è mescolato con 1 cucchiaino di miele e viene preso prima di coricarsi.

Capitolo 17: Miele per il miglioramento del sonno

Miele grezzo può essere aiutarvi a ottenere sonno una grande notte di!

Funziona in due modi, in primo luogo fuori aiuta a mettere a dormire perché lo zucchero naturale in miele grezzo aumenta i nostri livelli di insulina che a sua volta un po', fa sì che triptofano di entrare il nostro cervello più facilmente. Il triptofano è un composto che fa naturalmente sentire sonnolenza e sonnolenta. Il secondo modo miele grezzo ci aiuta ad avere una buona notte

di riposo è che mentre si dorme il fruttosio dello zucchero greggio sblocca un enzima che aiuta ad alimentare il fegato al suo metabolismo ottimale del glucosio.

Molti sostengono che l'assunzione tra un cucchiaino ad un cucchiaio di miele grezzo prima di coricarsi li aiuta a svegliarsi sentirsi riposati, con una maggiore chiarezza mentale per il giorno. Si aiuta a sbarazzarsi di quella nebbia del cervello fastidioso che tutti sembrano soffrire di oggi e di. Alcuni addirittura sostengono che con l'uso

regolare aiuta ad alleviare il loro dolore
muscolare.

Capitolo 18: Miele per vestirsi ferite e trattamento della pelle

Per migliaia di anni il miele è stato utilizzato con successo nel trattamento della pelle. Quando si effettua il miele medicazione c'è essudazione intenso in un'ora, che lava meccanicamente germi di distanza. Allo stesso tempo, c'è fagocitosi energico. Miele non è solo meccanicamente pulisce la superficie della ferita da germi, ma ha anche effetti negativi sulle loro grazie alle sue proprietà antibatteriche. I migliori risultati si ottengono con l'uso medico di

miele in combinazione con olio di pesce, che contiene un sacco di vitamina A.

Troche di miele e la farina in quantità uguali è conosciuta come rimedio popolare per il trattamento di vari tipi di bolle e pustole.

Per le persone ascessi utilizzare pomata avente la seguente composizione: cera, 1 parte di resina e trementina sono bolliti un leggero calore, mescolando.

Trementina dovrebbe rendere l'unguento, che può essere diffuso su un panno.

Disponibilità di unguento è controllata

da una goccia sul vetro (dovrebbe indurire rapidamente).

Per il trattamento delle ulcere trofiche a preparare 100 g di resina di pino, 100 g di lardo, 100 grammi di cera d'api. Tutto è fuso per 30 minuti su un bagno di vapore, raffreddato e si può lubrificare la pelle intorno l'ulcera e l'ulcera stessa una volta al giorno per 2 settimane.

Escludere dalla dieta tutta la farina e cibi dolci.

Per il trattamento di ascessi e foruncoli unire 1 tuorlo d'uovo crudo da pollo domestico, 1 cucchiaino di miele liquido

fuso, 1 cucchiaio di burro fuso salato e farina. Lavorate l'impasto di medio spessore, mettere sulla zona interessata e benda. Modificare il gruppo 2-3 volte al giorno. Mettere impasto inutilizzata in frigorifero. Prendete un pezzo di pasta, impastare nelle mani e si applicano a una piaga.

Bollito buccia di cipolla mescolare bene con foglie di banano in proporzioni uguali, aggiungere la farina e miele, fare una pastella densa. Fare una losanga e mettere in ebollizione o ascesso, fissaggio con una benda o cerotto

adesivo. Dopo la bollitura (ascesso) rivela (1-2 giorni), pulire la pelle intorno con alcool o vodka. Queste focaccine ben trattano profonde crepe sui suole e tacchi.

La medicina popolare tratta eczema, ustioni, ulcere, piodermi, acne ascessi e calli, anche dolorose con il succo di patate fresche. L'aggiunta di miele moltiplica le sue proprietà anti-infiammatorie. Lavare accuratamente e spazzolare patate crude, scrub su una grattugia molto frequenti. Mescolare 1/2 tazza di polpa e 1 cucchiaino di miele.

Questa miscela è posta su un pezzo di benda o garza e applicare alla zona interessata della pelle. Strato di slurry su garza dovrebbe essere di spessore di circa 1 cm. Poi garza con pappa è fissato con un bendaggio e mantenuto per almeno 2 ore. Rimozione garza, infiltrazioni pulita attraverso la poltiglia di garza con una spatola o il lato smussato di un coltello. Queste bende durante il giorno si può fare un paio di volte. Di notte, la superficie della pelle può fasciare con propoli unguento, e durante il giorno è possibile ripetere

l'applicazione di patate e miele.

Per il trattamento di ematomi (lividi), ascessi, foruncoli, fistole purulente è possibile utilizzare confezioni di uno speciale "impasto": 1 tuorlo, 1 cucchiaino di miele e 1 cucchiaino di miscela olio vegetale con la farina per formare un impasto. Comprimere viene applicata per un giorno.

Per trattare mix seborrea grassa 1 cucchiaino di miele con 1 tazza di decotto di corteccia di quercia (1 parte di corteccia con 5 parti di acqua).

Per il complesso trattamento di acne

persone usare il miele e succo di cetriolo. A tal fine, prendere 3 cucchiaini di cetriolo tritato, versare un bicchiere di acqua bollente e infusione per 2-3 ore. Poi filtrare, spremere sedimenti, aggiungere 1 cucchiaino di miele e mescolare bene per sciogliere. , Pulire il viso dopo il lavaggio o lubrificarla con un batuffolo di cotone imbevuto nella miscela e attendere che si asciughi liquidi. Dopo 30-40 minuti risciacquare il viso con acqua fredda.

Per il trattamento della psoriasi:

Ricetta 1.

Per il trattamento utilizzare il miele di eucalipto e unguento. Mescolare 10 g di miele, 10 ml di succo di Kalanchoe, 30 ml di olio di eucalipto. Mantenere pomata per 3 giorni e lubrificare luoghi prurito;

Ricetta 2.

Mescolare 15 g di radici calamo, erba *Hypericum perforatum*, *Trifid bur-calendula* e 10 g di radici di Elecampane, 10 g di foglie bounceberry, 10 g di di equisetto erba, 10 g di fiori di sambuco, 10 g di stimmi di mais, 10 g di

celidonia erba. Prendere 2-3 cucchiaini di raccolta tritata secca, versare 0,5 litri di acqua bollente in un thermos, mescolare, conservare per 2-3 ore, scolarli. Bere 100 ml 2 volte al giorno dopo i pasti. Questo infuso è buono contro la psoriasi. Allo stesso tempo, si raccomanda di utilizzare pappa reale misti con miele (1: 100) 1/2 cucchiaino. 2-3 volte al giorno e fare un bagno con un saggio, erba di San Giovanni, il pino ed estratto di abete;

Ricetta 3.

Prendere 1 cucchiaino di polline, 2 volte al giorno per mezz'ora prima dei pasti.

Ricetta 4.

Mescolare 50 g di catrame di betulla, 10 g di miele, 20 g di cenere di rami di rosa canina, 20 g di olio di ricino, 1 uovo fresco bianco, tenere 3 giorni e lubrificare punti dolenti.

Per il trattamento di eczema è possibile mescolare bene 2 cucchiaini di catrame, 1 cucchiaino di miele, 1/2 cucchiaino di cera d'api, 1 cucchiaino di solfato di

rame in polvere, 1 cucchiaino di aceto, 4 cucchiaini di olio di semi di girasole.

Applicare uno strato sottile sulla pelle colpita. Trattamento - è fino a un pieno recupero.

Per il trattamento di acne e dermatite seborroica è possibile utilizzare il tè di salvia con il miele. A tal fine, prendere 1 cucchiaino di foglie di salvia, versare 1-2 tazze di acqua bollente. Tenere coperto per 30-40 minuti (o far bollire per 5 minuti a fuoco molto basso). Poi filtrare e aggiungere 1/2 cucchiaino di

miele per 1 tazza, mescolando bene.

Utilizzare infuso caldo 2-3 volte al giorno.

Prendete un bicchiere di acqua bollita calda, aggiungere 1 cucchiaino di miele e 1 cucchiaino di tintura di calendula, mescolare bene e utilizzare la miscela come lozioni per il trattamento di acne, pelle grassa.

Per il trattamento di uso eczema unguento composto di miele mescolato con la farina di dente di leone essiccato. Lavare con crema di siero caldo.

Per il trattamento di eczema lavare 50 g di selvaggio maturato rosa con acqua tiepida e lasciare asciugare, quindi versare 100 ml di olio di frutta olivello spinoso e mantenere 17 giorni in un luogo caldo, poi filtrare e mescolare con 50 grammi di miele.

Per il trattamento di dermatosi prendere polpa fresca rosa canina, senza semi, mescolare con il miele (1: 1), tenere per 3 giorni. Quindi aggiungere 2 parti di 50% tintura di propoli, mescolare e lubrificare punti dolenti.

Per il trattamento di erisipela uso della

pelle crema di selvatici petali, bollito con miele di rosa. Pus e ferite infette sono trattati con impacchi: soluzione al 30% è preparato da acqua distillata o digerito e miele. La temperatura della soluzione non deve superare i 32 ° C (89 F). Se non si riesce a preparare una soluzione, la ferita è semplicemente spalmato con miele e mettere una medicazione sterile luce.

Per il trattamento delle ustioni e grandi ferite si raccomanda di lubrificare con crema miele. Per prepararlo mescolare accuratamente in un mortaio e macinare

1 cucchiaino di Cudweed (in polvere), 1 tazza di burro non salato cremoso, 1/2 tazza di miele.

Per il trattamento di ustioni messi in una pentola 100 g di burro non salato, 40 g di cera e 1 cucchiaino di semi di lino.

Fate bollire per 20-25 minuti.

Composizione si sviluppa in modo uniforme su una tela o lino, mettere sulla zona interessata e benda. Cambio di medicazione ogni giorno fino a quando il luogo ha nuova pelle.

Per il trattamento delle ustioni lavare, sbucciare e grattugiare le patate fresche.

1/2 tazza di patate miscela di pasta con 1 cucchiaino di miele, applicare uno strato di 1 cm su una garza. Attaccare alla zona bruciata e benda. Dopo 2 - 3 ore cambiare la fasciatura. Esso fornisce un effetto eccellente non solo per le ustioni, ma per l'acne, ulcere croniche, eczema e altre malattie della pelle.

Per il trattamento delle ustioni striscio superficie bruciata con il miele senza alcun condimento. Piaghe anche possono essere lubrificati con uno speciale composto a base di 80 grammi di miele, 20 g di olio di pesce. L'unguento è

applicato sulla ferita pulita in un bendaggio.

Mal guarigione delle ferite e ulcere sono spalmato con miele, mettendolo in bende. Può essere utilizzato come locale bagno (30 g di miele in 100 ml di acqua con una temperatura di 32-34 ° C (86 F)) per 20-30 minuti al giorno, 1-2 bagni per recuperare.

Per il trattamento di varie ferite e piaghe, versare 1 tazza di acqua bollente, mettere 1 cucchiaino di erba secca di Cudweed, lasciare agire per 30 minuti, scolarli, aggiungere 1 cucchiaino

di miele. Utilizzare esternamente per le ferite di lavaggio e ulcere. Può essere utilizzato all'interno di 1-2 cucchiaini per mezz'ora prima dei pasti per il trattamento di ulcera allo stomaco.

Per il trattamento delle ferite versare 0,5 litri di acqua, mettere 50 grammi di foglie di eucalipto, far bollire per 3-4 minuti, scolare e aggiungere 2 cucchiaini di miele. Utilizzare in forma di lozioni e bagni.

Per la guarigione delle ferite è possibile applicare pomata, a base di lardo, cera d'api e pino-resina, preso in numero

uguale. La miscela viene posta in una ciotola (non è possibile utilizzare in alluminio) e far bollire, mescolando, a fuoco basso per 5-10 minuti. pomata
Finito si versa calda in vasetti a bocca larga e mettere sulla ferita sotto la benda.

Una cipolla, cotto nella cenere, viene strofinato con miele e applicato a bolle. Pulisce la ferita di pus, riduce il dolore e il gonfiore, promuove una rapida guarigione e cicatrizzazione.

Mescolare parti uguali di carne pepe grattugiato e miele e applicare alla

fessura nel tallone. È possibile lasciare per una notte. La procedura viene ripetuta 3-4 volte a settimana.

succo di cipolla, mescolato con pari quantità di miele, è usato per il trattamento delle verruche e calli.

L'impasto deve essere applicato durante la notte, coperta di carta compressa e benda. Proteggere la pelle intorno con l'unguento di zinco o vaselina. Le procedure sono fatte tutti i giorni fino alla scomparsa delle verruche e calli.

Per rimuovere le lentiggini, utilizzare una miscela di bacche immature di ribes

nero e miele: 1 cucchiaino di purè di frutta e 1 cucchiaino di miele fuso. pelle striscio con una miscela. Dopo 30 minuti togliere la maschera, pulire il viso con succo di limone o acqua di limone. Sour succo di ribes nero con miele sbianca la pelle.

Per il trattamento di pelosità eccessiva sul viso, se la pelle è grassa o normale, si può provare il metodo arabo per capelli sbiancamento senza alcun rischio per la salute: 1 cucchiaino di miele riscaldato viene mescolato con il succo di mezzo limone e striscio con un caldo

aree miscela del viso, coperto con i capelli. La miscela secca rimuovere con la punta delle dita. Capelli poco a poco svanire e la pelle del viso rimane sempre morbida ed elastica.

Per prevenire il cancro della pelle si può bere succo di mirtillo con miele.

Per il trattamento di contusioni prendere 1 cucchiaino di miele mescolato con 2 cucchiaini di yogurt naturale. Striscio con la massa risultante posto ferito con un bendaggio rafforzato per 2 giorni.

Per il trattamento del fungo chiodo fare il bagno con una soluzione satura di

permanganato di potassio. Poi fare pappia di 10 g di propoli e 10 ml di 96% di alcol. Lubrificare i chiodi, in particolare le zone colpite, legare una benda e cambiare la fasciatura ogni altro giorno per curare.

Grasso incrinato labbra dopo ogni pasto con miele naturale mescolato con carne di maiale grasso viscerale (2: 1). Per il trattamento di fessure sulle mani o piedi mettere il composto sotto la benda per 2 ore ogni giorno o due per guarire. Per il trattamento di hydradenitis prendere un cucchiaino di miele riscaldato a

bagnomaria (miele se si è cristallizzato), mescolare la farina, fare Flapjack e applicare di notte al punto dolente sotto forma di impacco, che copre l'aspetto migliore per l'isolamento con sacchetto di plastica. La notte seguente, un Pastil miele viene sostituito e così fare per recuperare.

Per il trattamento di ascesso a fondo mescolare burro, miele, Vishnevsky pomata e alcol puro, assunto in quantità uguali e applicare come impacco sulla zona colpita durante la notte.

Capitolo 19: Miele per le ferite, ulcere e ustioni

L'infusione di Cudweed con il miele come un ottimo farmaco anti-infiammatorio

Fare infusione di Cudweed (1,10).

Mettere 25 g di secchi Cudweed cruda tritata in una ciotola di smalto, versare 250 ml di acqua bollente, coprire e infusione per 15 minuti in un bagno di acqua bollente. Poi lasciare raffreddare l'infusione, scolatelo (premere restante Cudweed crudo) e aumentare il volume di infusione con acqua bollita a 250 ml.

Sciogliere 1 cucchiaino di miele e utilizzare per il lavaggio, l'irrigazione e lozioni per purulente, a lungo termine guarigione delle ferite, ulcere, ustioni, la pelle, l'acne, ecc Si può essere presa all'interno - 1/4 tazza di 2 - 3 volte al giorno 20 - 30 minuti prima un pasto come un agente anti-infiammatorio per ulcera peptica e duodenale.

pomata guarigione della ferita dal miele e Cudweed

Prendere 1 cucchiaino di polvere di Cudweed e con attenzione macinare in

un mortaio con 1/2 tazza di burro non salato e la stessa quantità di miele.

Utilizzare l'unguento per il trattamento delle ustioni, ferite non-guarigione e ulcere.

Miele, bagni miele per il trattamento delle ulcere

Lubrificare le superfici di ulcere mal di guarigione e ferite con miele e applicarlo con bende. Inoltre, è possibile applicare anche le terme locali del 30% miele con acqua a temperatura di 32 - 34 ° C (90 F) per 20 - 30 minuti.

Ogni giorno, prendere 1 - 2 bagno fino a completa guarigione.

Miele pomata woth xeroform per difficili da guarire le ferite, ulcere

Prendere 80 grammi di miele, 29 g di olio di pesce, 3 g di xeroform e mescolare bene. Utilizzare la pomata in bende. Conservare in frigorifero.

crema miele 80% per il trattamento di ferite e ulcere purulente

Prendere 80 grammi di miele, aggiungere 20 g di strutto fuso, mescolare bene, e utilizzare l'unguento

per il trattamento.

Decotto di eucaliptus con il miele per il trattamento di malattie e lesioni della pelle e delle mucose

Mescolare 50 g di foglie essiccate in polvere di eucalipto con 0,5 litri di acqua bollente, far bollire per 7 - 10 minuti, insistere mezz'ora, scolare, aggiungere 2 cucchiaini di miele, mescolare fino a quando si scioglie e utilizzare per l'irrigazione della pelle e delle mucose infiammate, nonché tagli e ferite.

L'infusione di erbe, propoli e polline

pomata per il trattamento di ulcere trofiche

Di solito ulcere trofiche degli arti inferiori si verificano come sfondo delle vene varicose e tromboflebite. Questa collezione di piante medicinali contribuirà a ridurre la coagulazione del sangue e curare le ulcere venose (l'importo è indicato in grammi):
tripartita bur-calendula erba - 20, erba di erba di San Giovanni - 20, liquirizia radice - 15, Seme di coriandolo frutta - 15 , fiori di camomilla - 10, toadflax comune erba - 10, erba cottonweed

palude - 10. mettere 2 - 3 cucchiaini. di
raccolta tritato essiccato in un thermos,
versare 0,5 l di acqua bollente,
conservare per 2 - 3 ore, filtrare e bere
1/2 tazza 3 volte al giorno dopo i pasti
per il trattamento delle ulcere venose e
tromboflebiti. Il corso del trattamento -
1 - 2 mesi. applicare
contemporaneamente un bendaggio con
il 50% propoli pomata con olio vegetale
e mangiare 1/2 - 1 cucchiaino. di polline
2 - 3 volte al giorno.

pomata propoli con grasso di pecora per
il trattamento delle ustioni

Prendere 20 g di propoli pelati e schiacciati con 80 g di grasso di pecora fuso, poi calore in un bagno d'acqua a 80 ° C (176 F) e agitare accuratamente per ottenere massa uniforme. Filtrare miscela calda attraverso un setaccio di metallo o di garza, e utilizzare l'unguento 20% per il trattamento delle ustioni e mal guarigione delle ferite, ulcere, ecc, Ferita unguento di guarigione con ortica, pino-resina e cera

Prendere parti uguali (ad esempio, 20 g) di pino in resina, polvere di ortica, suina grasso viscerale, cera d'api, e far

bollire. Applicare l'unguento risultante con bende per la ferita o ulcere mal di guarigione.

Unguento per il trattamento delle ustioni

Far bollire 100 g di olio di girasole o di altri oli vegetali per 10 minuti, poi togliere dal fuoco, aggiungere 0,25 g di cera d'api e mescolate. Dopo raffreddamento, aggiungere 1 uovo e macinare per formare un unguento.

Applicare alla zona bruciata.

Balsamo per il trattamento delle ustioni

Preso in pari olio di rapporti di peso e cera d'api mantenere per 15 minuti in un

bagno di acqua bollente. garza striscio e mettere sulla zona bruciare.

balsamo di guarigione delle ferite

Mescolare 100 g di olio d'oliva, 20 g di resina di pino, 1 cucchiaio. di burro fresco, 8 g di cera gialla, e 5 g di cera bianca, poi mettere a fuoco basso per 10 minuti con agitazione costante

(rimuovere la schiuma che appare in superficie). balsamo Pronto si sviluppa su garza e applicato alla ferita difficili da curare ulcere, ecc Conservare in frigorifero in un barattolo di vetro.

Balsamo per il trattamento di ustioni e ferite purulente e ulcere

Prendere in parti uguali (ad esempio, 10 g) pino o abete rosso linfa (resina), sugna di maiale e cera d'api. Tutti i mix, far bollire fino alla dissoluzione, scolare e raffreddare. Bendaggio con l'unguento viene applicato sulla zona interessata.

Cera ferita guarigione unguento

Prendere 40 grammi di pura cera d'api, 60 g di olio d'oliva, far bollire a fuoco lento, poi messo in un barattolo di vetro. Conservare in frigorifero. Lavare la

ferita (ulcera) con perossido di idrogeno, poi fasciare con crema cotta.

La guarigione delle ferite e anti-infiammatori cera pomata

Prendere 20 grammi di cera d'api, 20 g di resina di abete e 30 g di olio vegetale. Nel riscaldato in olio vegetale fuoco basso mettere i pezzi di resina, dopo il suo scioglimento aggiungere pezzi di cera, mescolare fino a scioglimento, versare in un barattolo di vetro scuro, coprire e conservare in un luogo fresco (pomata conserva le sue proprietà per anni).

Polline per le ferite e fratture

Prendere 1/2 - 1 cucchiaino di polline
tre volte al giorno prima dei pasti per
guarire le ferite e fratture.

Capitolo 20: Miele per le allergie

Soffre di allergie stagionali, ben perché non provare il miele grezzo come un trattamento del tutto naturale! Mangiare un cucchiaino di miele grezzo un lavoro straordinario giorno può desensibilizzare il sistema immunitario del corpo al polline. Questo è perché ci sono piccole quantità di polline presenti nel miele e l'effetto funziona come un vaccino, introducendo piccole quantità di allergene alla volta per il corpo. Il polline entra nel miele dalle api che stanno fuori battenti su, da un fiore

all'altro e di essere coperti in spore di polline. Essi che risalgono al loro alveari e trasferirlo al miele.

Anche se c'è molto poco ricerca formale sul tema, molte persone affette da allergie stagionali giuro da essa! Quindi dare prova, e non dimenticare di tutti gli altri grandi vantaggi che si ottengono dal mangiare miele grezzo di tutti i giorni.

Capitolo 21: Trattamento di gastrite

Ape ha effetti benefici sulla attività secretoria dello stomaco, migliorando l'ingestione. Accettazione di miele per un'ora prima di un pasto aumenta l'acidità del succo gastrico. Il trattamento della gastrite con il miele può essere combinato con i farmaci. Mangiare miele 3-5 volte al giorno, non più di 100 g, sciolto in acqua tiepida.

Capitolo 22: Miele rafforza denti

Il miele ha attività antimicrobica, è usato nelle malattie del cavo orale e gengiviti.

miele acqua è usato come un risciacquo e tenuta quanto più possibile in bocca.

Non è vero che il consumo frequente di miele può causare la malattia dentale.

Masticare di miele nel pettine è una buona prevenzione della carie.

Capitolo 23: Trattamento dell'ipertensione

Miele con succo di frutta è utilizzato con successo nel trattamento

dell'ipertensione. Bicchieri di succo di barbabietola, carota, rafano (pre-grattugiato e infuso in acqua per 36 ore), un bicchiere di succo di un limone si mescolano con una tazza di miele.

Prendere 1 cucchiaino 2-3 volte al giorno 1 ora prima del pasto. Il corso del trattamento - 2 mesi.

Capitolo 24: Miele di bellezza

Miele capelli Condizionatori

Ecco alcune delle mie ricette preferite per balsami per capelli di miele grezzo, mi piace passare in su ogni settimana per il mio settimanale trattamento di condizionamento profondo. Ho sempre lasciare questi trattamenti per capelli lussuosi per almeno 30 minuti in modo da avere il tempo di penetrare nel fusto del capello e lavorare la loro magia. Seguo con un caldo lavare i capelli acqua e uno shampoo delicato (solo le radici).

Per mix capelli secchi:

1/2 tazza di miele grezzo

1/4 tazza di olio d'oliva

Per i capelli lucidi o se si utilizza un sacco di prodotti per capelli provare questo uno per rimuovere l'accumulo, mescolare:

1/4 tazza di miele grezzo

10 cucchiaini di aceto di mele

Per idratazione extra o problemi con le doppie punte e la rottura dei capelli, mescolare:

1/4 tazza di miele grezzo

3 cucchiaini di olio di cocco vergine
biologico

Miele per la crescita dei capelli

Anche se non è stato scientificamente provato, molte persone giurano che il miele grezzo li ha aiutati con la crescita dei capelli. Ha senso perché il miele grezzo è pieno di vitamine, nutrienti e antiossidanti che quando applicato al cuoio capelluto si nutre i follicoli dei capelli, che a sua volta favorisce la crescita dei capelli. miele grezzo anche ciocche di capelli lisci e agisce come un

disegno umettante naturale umidità nei capelli che porta a meno rotture. Qui ci sono due ricette da provare, uno è semplice e si ha più ingredienti come l'olio di oliva per condizionamento profondo e uovo che è ricca di proteine

■per aumentare la resistenza dei capelli:

il trattamento di tutti i giorni Semplice:
1/4 tazza di miele grezzo mescolato con acqua calda massaggio in capelli come si farebbe con uno shampoo, lasciare agire per 3-5 minuti e risciacquare con acqua tiepida

Settimanale trattamento di
condizionamento profondo:

Mescolare tutti i seguenti ingredienti e
massaggiare in capelli e cuoio capelluto,
lasciare in posa 30 minuti e risciacquare
con acqua tiepida

1/2 tazza di olio d'oliva

2 cucchiaini di cannella

2 cucchiaini di miele grezzo

1 uovo

Combattere l'acne con miele

Lei soffre di acne? Ebbene questo è
sicuramente la pena di provare, miele

grezzo e maschera facciale cannella. Questa soluzione completamente naturale per combattere l'acne sta diventando sempre più popolare a causa dei grandi risultati! miele grezzo ha antibatterico naturale, proprietà antisettiche e cannella è anche antibatterico, questa combinazione di potenza può liberare voi di acne per sempre! miele grezzo è molto idratante quindi non è duro e asciugatura come molti prodotti commerciali per l'acne. Due volte a settimana frusta questa semplice maschera viso, applicare su

viso, collo e ovunque si ha l'acne, lascia il 15 a 20 minuti e risciacquare.

3 cucchiaini di miele grezzo

1/2 cucchiaino di cannella

Miele grezzo per le labbra

Raw miele è un grande tutto idratante naturale per le labbra. Basta applicare un sottile strato prima di andare a letto e manterrà le labbra umide per tutta la notte e vi sveglierete con un sorriso morbido, liscio. Brand Store

lucidalabbra e balsami contengono spesso sostanze chimiche abbozzati che non si desidera da nessuna parte vicino alla bocca, si tende a mangiare ciò che è sulle nostre labbra quando beviamo, parlare e leccare in modo da scegliere il miele grezzo per un'alternativa più sicura. Il miele lascia un bel gloss in modo che lo indossa durante il giorno è troppo grande, basta compilare una piccola bottiglia contenitore o pillola con miele grezzo e si può portare con voi per ritocchi durante la giornata. Miele grezzo è anche antibatterico e

anti-fungine in modo che possa aiutare a promuovere la guarigione di herpes labiale e screpolate, le labbra screpolate.

Dare miele grezzo una prova sulle labbra oggi, amerete i risultati!

Miele per capelli

Sì è vero, mettendo miele grezzo tra i capelli ha alcuni vantaggi sorprendenti! Molti di noi cercate alternative naturali ai prodotti per capelli commerciali come stiamo imparando di più sugli effetti collaterali dannosi dei prodotti

chimici e profumi sintetici presenti in shampoo, balsami e prodotti per lo styling. Ci sono anche sempre più interessato a ciò che stiamo lavando le lavandini e nelle nostre vie d'acqua. miele grezzo offre una splendida alternativa, è qui perché; miele grezzo è incredibilmente idratante e levigante, perché è un umettante naturale, il che significa che aiuterà i capelli a trattenere l'umidità e morbidezza. Quando si applica direttamente al cuoio capelluto sarà sbarazzarsi di secco, fiocchi prurito.

Lascerà i capelli cercando lucido e sano! miele grezzo ha anche proprietà antibatteriche, che pulire delicatamente i capelli e del cuoio capelluto. Per riassumere, utilizzando miele grezzo pulirà, condizioni e agire come un siero brillare tutto in uno!

Per usarlo come un condizionatore profondo, applicarlo prima si fa la doccia. Massaggiare in cuoio capelluto e dei capelli e lasciare agire per un minimo di 20 minuti, di risciacquo e shampoo, se lo si desidera.

O usarlo come un risciacquo nutriente

dopo lo shampoo, basta mescolare 1 cucchiaino di miele grezzo con 1 tazza di acqua calda e versare attraverso i capelli alla fine della vostra doccia.

Per migliaia di anni le donne hanno utilizzato il miele grezzo per la crescita dei capelli! Prova questo trattamento cannella miele per ottenere i benefici: mix 1 cucchiaino di olio d'oliva, 1 cucchiaino di miele grezzo e 1 cucchiaino di cannella. Applicare la pasta al cuoio capelluto e lasciare riposare per 15 minuti, di risciacquare e shampoo.

Se si desidera riscaldare il miele prima

dell'uso, che renderà più facile da applicare, riscaldare lentamente con l'aggiunta di acqua calda ad esso e mescolare. Non utilizzare acqua bollente o riscaldare il miele ad una temperatura elevata, perché questo denaturare il tuo miele grezzo e rovinare gli enzimi benefici.

Con tutti questi meravigliosi benefici perché non scegliere il miele grezzo come alternativa naturale ai prodotti per capelli commerciali che contengono ingredienti abbozzato e detergenti aggressivi.

Il miele è l'ideale per il massaggio!

Il miele contiene sostanze nutritive che accelerano il metabolismo, eliminazione delle tossine.

Massaggio viso al miele cellulare.

Tagliare a nido d'ape con un coltello affilato appena prima di massaggio e utilizzare immediatamente. In questo caso, tutti i composti attivi, una varietà di enzimi volatili e non hanno tempo per ossidare. Miele va distribuita uniformemente sul viso per 5 minuti. Fare movimenti leggero massaggio.

Quando le dita toccano e poi si staccano dalla superficie della pelle, si crea un vuoto, succhia grasso attraverso i pori della pelle. Scorie, mescolato con miele, formano la massa biancastra, che viene lavato con acqua tiepida. Il momento più favorevole per un massaggio - la mattina, subito dopo il risveglio. Si consiglia di fare 10 - 15 sessioni in un giorno. L'unica controindicazione è l'allergia al miele.

massaggio al miele Cellulite: il miele viene applicato ai palmi delle mani e tamponare la zona massaggiata. Una

parte del miele è sulla zona, l'altro rimane sulle mani. Se ci sono diverse zone - ogni zona viene massaggiato per uno. Quando il miele è completamente sul corpo, palmi sono saldamente "incollati" al corpo e strappati bruscamente. A poco a poco, il movimento applauso dovrebbe diventare più nitida e più forte. La procedura viene eseguita per 5-10 minuti. Dopo il massaggio è necessario prendere una doccia calda, lavare la pelle con olio da massaggio anticellulite.

Miele Sapone Ricetta

Il miele è stato utilizzato dai tempi antichi come medicina. Antichi manoscritti contengono molte ricette con il miele. Attualmente, le proprietà terapeutiche del miele sono stati studiati e miele è uno dei più attivi medicine naturali. Il miele ammorbidisce la pelle bene, migliora il tono della pelle, elimina secchezza e desquamazione, contiene una serie di zuccheri, sali minerali, oligoelementi, vitamine, enzimi, sostanze biologicamente attive, arricchendo la pelle. Il miele viene utilizzato come tonico e strumento di

potere ristoratore.

Il miele è battericida, le sue soluzioni e gli estratti fermare la proliferazione di microrganismi patogeni. Poiché il miele contiene sostanze volatili, che hanno proprietà antibatteriche ed enzimi, coinvolti in reazioni ossidative con il rilascio di specie reattive dell'ossigeno, che hanno proprietà antibatteriche.

Diverso miele contiene diverse quantità di queste sostanze e, di conseguenza, ha un diverso effetto battericida. Abete, pino, mieli di melata di abete sono i migliori, il castagno anche, meno -

calce, erica, hogweed e trifoglio rosso, mieli di trifoglio bianco e il dente di leone non sono battericida.

Naturalmente, il miele, come qualsiasi componente bioattivo, può causare allergie, in modo da utilizzare questo supplemento con cautela.

Non è allergico al miele e prodotti delle api? Eccellente! Qui abbiamo alcune ricette di sapone naturale. Cuocere sapone fatto in casa con il miele.

Prendete un pezzo di sapone per bambini, un cucchiaino di olio di olivello spinoso, un cucchiaino di miele, un

cucchiaino di cacao e 150 ml di acqua pura. Mescolare tutto questo, facendo una massa omogenea. Tuttavia, questo non è il solo sapone con la ricetta miele, ci sono altri.

Qui ci sono fatti in casa ricette miele di sapone.

Fare tutto il sapone sullo stesso principio: fondere la base, togliere dal fuoco, raffreddare a 50 gradi C (122 F), aggiungere gli altri ingredienti e versare in stampi.

Sapone d'oro

100 g di base di sapone

0,5 cucchiaino di polline in piccoli granuli

0,5 cucchiaino di miele

5 gocce di olio essenziale di limone

Crema e miele

scaglie di sapone (base bianca) - 200 g

2 cucchiaino di miele

½ cucchiaino di vaniglia

cucchiaino di olio di germe di grano

5 gocce di vitamina A

2-3 cucchiaini di panna

Avena e miele Scrub

100 g di base di sapone biologico

1 cucchiaino di miele di montagna

1 cucchiaio di farina d'avena

1/2 cucchiaini di olio d'oliva

Miele e cera

450 g di base

2 cucchiaini di miele

2 cucchiaini di cera

8 g di essenze miele

Sciogliere la base su un bagno d'acqua,
sciogliere la cera (utilizzare un forno a

microonde) separatamente e un po
'fredda. Versare il miele in cera calda,
mescolare bene. Versare il composto di
miele e cera nella base di sapone, che si
trova in un bagno d'acqua, mescolare
bene e togliere dal fuoco. Un po 'freddo
e aggiungere essenze di miele. Versare il
miele di sapone in tazze e posto a
raffreddare. Questo sapone miele con la
cera ha proprietà lenitive e curative.
Come sapete miele nutre di sapone e
rilassa. Cera nel sapone viene aggiunto
per fornire proprietà ammorbidenti.

Latte e Miele

1/2 kg di base di sapone

4 cucchiaini di latte in polvere

20 gocce di olio di mandorle

1 cucchiaino di miele

1 cucchiaino di cera d'api

8-10 ml di essenza di vaniglia

Mescolare il sapone con la cera e fondere la miscela in un bagno d'acqua.

Quando il composto è completamente sciolto, togliere la base di sapone fuso e aggiungere gli altri ingredienti, tranne l'essenza di vaniglia. Lasciare riposare

il composto per raffreddarlo un po', e solo allora aggiungere l'essenza di vaniglia. Versare il sapone negli stampi.

Miele e glicerina

Miele e sapone glicerina è perfetto per il massaggio durante il trattamento dell'acqua. Idrata perfettamente la pelle, pulisce e le conferisce una morbidezza vellutata

200 g di base di sapone trasparente,

10 g di brodo di camomilla fresco,

miele 1 fiore

0,5 cucchiaini glicerolo,

- 1 cucchiaino di olio di olivello spinoso,
- 3 gocce di profumo "Miele"
- 3 gocce di olio essenziale di camomilla.

Latte e Miele di sapone ricetta

Ingredienti:

- Un pezzo di sapone inodore per bambini - 75 gr.
 - Latte - 100 ml.
 - Miele - 2 cucchiaini
 - Olio Base - 3 cucchiaini
 - Orange e olio di citronella - 10 gocce.
- sapone 1. bambini grata.

2. Successivamente, versare 100 ml di latte caldo, cotti prima, e infuso per un'ora.

3. Fare un bagno d'acqua, addg 3 cucchiaini di olio di base.

4. Aggiungere 1 cucchiaino di miele inthe inizio e 1 cucchiaino alla fine, quando il sapone ha raggiunto la consistenza di una crema densa.

Il miele ha una caratteristica molto buona - si riscalda un sapone in modo da evitare grumi.

5. Se si dispone di sapone densa,

aggiungere un po' di latte caldo,
aggiungere un po' di crema.

6. Aggiungere l'olio di arancio e limone
erba, rimuovere immediatamente il
sapone dal bagnomaria e versare in
stampi. Se sapone è congelato -
rimetterlo nel bagno d'acqua fino al fuso
e ancora versare in stampi.

7. Lasciare il sapone per raffreddare per
un paio d'ore.

8. mettere il sapone su un tovagliolo e
lasciarlo per almeno un paio di giorni,
idealmente 10 giorni. Meglio mettere in
un luogo buio, senza luce solare diretta.

Ancora una ricetta di sapone

Il processo di fare il sapone in casa a prima vista sembra complicato, ma in realtà si tratta di una esperienza molto interessante ed emozionante. In un primo momento è meglio non scegliere una ricetta complicata. Si consiglia di sapone neutro bambino con la crema e sapone scrub con farina d'avena.

Per la preparazione della base di sapone, dobbiamo baby sapone inodore. sapone Rub al setaccio, mettere a bagnomaria. latte caldo, aggiungere 1 cucchiaino di miele, sciogliere e versarlo

nelle scaglie di sapone. Il rapporto tra liquido e sapone dovrebbe essere di 1: 1 o 1: 1,5. E 'meglio versare meno in principio, e, se necessario, aggiungere il latte rimanente. Mescolare continuamente, aspettando la completa dissoluzione del sapone, portare ad ebollizione non è necessaria. Quando la massa è liscia, come una crema, togliere dal fuoco, raffreddare per qualche minuto e aggiungere gli oli di base ed essenziali. Versare 2-3 cucchiaini di olio di base (di oliva, di semi d'uva, di ricino) e qualche goccia di olio

essenziale. Se si versa troppo di olio di base, il sapone non schiuma, per esempio, olio di ricino, anche se è poco, non riduce la formazione di schiuma.

L'ultima cosa da aggiungere è 3 cucchiaini di farina d'avena. Fiocchi non dovrebbero vapore in fretta, in modo da aggiungerli in una miscela fresca.

Attentamente mescolare, versare in stampi, precedentemente foderato con pellicola trasparente.

Mentre si blocca macchia, preparare il sapone idratante.

Preparare decorazione dal sapone alla

glicerina.

Capitolo 25: Miele Food Recipes

Miele - è forse il più antico dolcificante naturale, che è noto per l'uomo. Inoltre, il miele è un sostituto eccellente, e per di più sano per lo zucchero, che ha incredibili valore nutritivo. Oggi, il miele è molto popolare nei cosmetici, cibo e medicine, ed è per questo ricette di cibi miele sono così popolari. Qui si possono trovare tutti i tipi di ricette naturali sani con miele, in modo da poter fare un po 'di cibo gustoso o medicine. Molto popolari sono la tintura di aloe e miele. ricette mediche con il miele non è

meno popolare e della domanda sono.

È possibile acquistare il miele, in qualsiasi momento dell'anno, ma si consiglia di acquistare in estate o in autunno, quando vi è una raccolta di miele.

Vantaggi e valore nutrizionale del miele

Poiché il miele contiene glucosio, fruttosio, e una serie di minerali, come calcio, zolfo, magnesio, fosforo, ferro, potassio, questo spiega il valore

nutrizionale del miele. Inoltre il miele contiene anche una serie di vitamine, cioè vitamine B1, B2, B6, B3, B5 e, naturalmente, la vitamina C, così ricette con miele sono efficaci nel trattamento di malattie. La qualità di polline e nettare influenzerà direttamente sul valore nutrizionale del miele e la concentrazione di nutrienti. Anche il miele contiene ormoni naturali in piccole dosi.

Aloe Miele Ricette

Tutto abbiamo a cuore la nostra salute, e ricette con il miele ci aiuti. Ad esempio, se si vuole rafforzare il vostro corpo, le ricette di aloe e miele vi aiuterà.

L'ordine di preparazione è il seguente: in primo luogo, è necessario tagliare le foglie di fondo di aloe, e poi risciacquare abbondantemente. Dopo che le foglie sono finemente tritate e spremere il succo con attenzione da loro. Rapporto di aloe e miele è di 1: 5, prendere la tintura risultante per via orale tre volte al giorno, un cucchiaino prima dei pasti per circa due mesi. Aloe

con miele è un bene per tutti
(naturalmente se non siete allergici ad
uno dei componenti).

Le ricette tradizionali di trattamento al
miele

Miele viene utilizzato per un lungo
periodo di tempo. E le ricette
tradizionali sono stati in grado di aiutare
molti a tornare a una vita sana, e sono
ancora rilevanti. Qui di seguito troverete
alcune ricette della medicina
tradizionale e popolare, l'effetto

terapeutico dei quali è associato con il miele, e assicurarsi che il trattamento con il miele è davvero efficace:

1. Se si prende per un pasto due cucchiaini di miele per una settimana, si può sbarazzarsi di spasmi muscolari.
2. Il miele, in combinazione con il latte, succo di limone, tè, aglio e cipolla, aiuta nel trattamento del raffreddore.
3. Se si dispone di bronchite, si raccomanda di effettuare l'inalazione di miele, 3-4 volte al giorno.
4. 20 per cento soluzione di miele aiuta

nel trattamento della congiuntivite e cataratta incipiente.

5. Miele con succo di barbabietola in un rapporto di uno a uno, preso 3-5 volte al giorno, aiuta a sbarazzarsi di insonnia, così come aiutare i pazienti con ipertensione.

6. Ricette con miele sono buone in particolare per il trattamento della TB. È necessario prendere un cucchiaino di germogli di betulla, miele e un bicchiere di alcol e conservarli per cinque giorni in una bottiglia scura, con agitazione periodica. Prendere la soluzione

risultante 3 volte al giorno per un cucchiaino.

deliziosa ricetta: Pollo nel miele

Questa ricetta è adatta a tutti coloro che amano mangiare gustoso e utile. Prova a comprare solo pollo domestico, perché hanno il miglior gusto. Vi daremo una ricetta per le ali di pollo con miele, in modo che tutti saremo in grado di fare un vero e proprio capolavoro culinario. Si può prendere l'iniziativa durante la preparazione di questo piatto:

aggiungere alcune delle vostre spezie preferite, mettere più cipolla e aglio - in modo da accentuare l'aroma e il gusto del piatto pronto.

In primo luogo abbiamo bisogno di:

- Ali di pollo - 1 kg;
- Salsa di soia - 120 millilitri;
- Miele liquido, meglio miele di grano saraceno - 3 cucchiaini;
- Senape - 2 cucchiaini;

- È possibile aggiungere alcuni piccoli pizzichi di curry.

Per prima cosa dobbiamo immergere attentamente le ali nel miele, e poi metterli in articoli di smalto preparato. Ora è necessario versare le ali con il miele, poi cospargere di semi di senape, e strofinare la miscela. In tal caso, se il miele si addensa, basta ammorbidire in un bagno d'acqua. Ora è necessario versare questo pollo con una metà della salsa e mettere a marinare in frigo per un'ora.

Dopo si può friggere in un pentolino con

il coperchio chiuso. Assicurarsi che il fuoco è debole. È necessario attivare costantemente le ali, finché diventano marrone da una salamoia. Se si preferisce cuocere in forno, le ali devono prima essere collocati in una casseruola e coperto con un coperchio. In questo caso, si consiglia di pre-bollire il riso fino a morbido e risciacquare.

Il riso e le ali sono messi nel piatto che è stato precedentemente unta, e dopo versare con la marinata. pentola coperta è messo in forno già caldo e fate cuocere

per circa 45 minuti a fuoco lento. È importante mantenere sempre un occhio su un piatto. Pollo sarà molto tenera e gustosa, e il riso avrà colore marrone e sapore incredibile, ma si deve seguire rigorosamente la ricetta. E chi vuole sapere di più deliziose ricette con il miele, dopo diciamo la ricetta di costole con miele.

Noci e miele: la ricetta

È possibile sostituire con successo caramelle Store con i dadi con il miele.

E questo è molto più saporito e più sano. Se siete interessati in una ricetta con miele e noci, allora continuate a leggere.

In primo luogo abbiamo bisogno di ripulire le noci, friggere un po', e poi rotolare con un mattarello sulla scheda. È anche possibile tagliare i dadi con un coltello. noci tritate devono essere collocati in stampi appositamente preparate e versato con il miele. E si può mangiare con il tè. Come si può vedere, noci e miele ricetta non richiede molto tempo. E se festeggiare il

compleanno di tuo figlio, i suoi amici potranno apprezzare il dolce da dessert.

Un buon cookie con ricetta miele

Quale bambino non ama i cookie, in particolare biscotti con miele? Qui di seguito vi offriamo una delle tante ricette del biscotto con miele, in modo da poter cucinare un dolce delizioso con il miele (miele, biscotti di farina d'avena)

Ciò che ci serve:

- Farina d'avena - una tazza;
- Mezza tazza di zucchero;
- 1 tazza di farina;
- 1 uovo;
- 100 grammi di burro;
- Mezza tazza di miele;
- Mezzo cucchiaino di bicarbonato di sodio.

Il procedimento di preparazione.

Cottura biscotti di cereali con il miele, la ricetta deve essere seguito più attentamente possibile. Mescolare molto

attentamente la farina con il bicarbonato di sodio, e poi vagliare attraverso un setaccio. Poi anche accuratamente strofinare lo zucchero e il burro.

Gradualmente, nel processo di miscelazione, aggiungere il miele, poi la panna acida, uova, cereali (precedentemente macinato in un tritacarne), e infine la farina, mescolato con soda.

Poi, l'impasto deve essere per un paio di minuti con cura miscelati e laminati in una torta sottile (con uno spessore di circa 3-5 mm (0,1 "). Con un coltello o

di appositi stampi di ritagliarsi figurine.
Una temperatura di cottura è fino a 220
gradi Celsius (430 F), cuocere 15
minuti.

Una buona torta con miele ricetta

Vogliamo offrire una ricetta bella torta
con miele (vale a dire "Anthill" ricetta
torta con miele), che bambini e adulti
amano.

Abbiamo bisogno dei seguenti

ingredienti:

- 2 uova;
- 200 ml di acqua;
- 1 cucchiaino di sale;
- 2 tazze di farina;
- 1 tazza di miele;
- Mezza tazza di zucchero;
- Olio vegetale (per friggere).

Ora passiamo a come preparare questa deliziosa torta con miele.

Per prima cosa dobbiamo sciogliere il sale in acqua, e poi mescolare fino a che liscio con un uovo (è possibile utilizzare

un mixer). Aggiungere la farina e impastare la pasta elastica. La massa risultante viene tagliato in piccoli pezzi e srotolato più sottile possibile. Ora srotolato pasta deve essere tagliato in diamanti e le piazze e si può procedere direttamente alla frittura. Versare l'olio vegetale per friggere tutto fino a doratura. È necessario prendere una pentola di spessore, così l'impasto non vola a parte come popcorn.

Una volta che le piazze e diamanti friggere, dovrebbero essere rimossi dal

petrolio e messo su il tovagliolo di carta pronti a raffreddare, e sbarazzarsi di l'olio in eccesso. Poi, messo in una grande pentola, così è più facile per mescolare.

È il momento di preparare la crema. Per fare questo, versate il miele in una casseruola. Se si desidera - aggiungere lo zucchero e fate cuocere il tutto a fuoco basso. Ora è necessario mescolare continuamente l'impasto fino a quando lo zucchero è completamente sciolto nel miele. Una volta massa miele preparato comincia a bollire, deve essere

immediatamente rimosso dal calore per evitare miscela viscosa.

massa miele caldo viene spostato nella padella e miscelato con i biscotti. Dopo tutto questo è disposto su una piastra di pre-preparato e raffreddato. È possibile utilizzare i semi di papavero per decorare la torta. Anthill è pronto.

Le migliori cetrioli di mare con ricetta miele

Se improvvisamente a corto di cibo a

casa e la moglie non mostra il desiderio di cucinare (soprattutto se si tratta di Domenica), allora è il momento di cucinare il cetriolo di mare con il miele, che è grande per ogni pesce.

Per cominciare prendiamo dal congelatore un sacchetto di cetrioli di mare (pelati).

Più tardi, con l'aiuto di un coltello affilato, è necessario tagliare i chip sottili (preferibilmente non più spessa di 1 millimetro).

Ora è necessario lavare a fondo, e

quindi scongelare in acqua.

È il momento di mettere tutto in una pentola capiente e versare immediatamente una grande quantità di acqua bollente.

Vi aspettiamo per una decina di minuti e la tensione fuori pezzi arricciati. Dopo questa procedura, dovrebbero essere messi su un piatto, versato con salsa di soia e miele e continuare per altri 20 minuti, mescolando accuratamente.

Ora è il momento di iniziare a mangiare. Hai bisogno di bacchette o una forchetta, immergere i pezzi nella salsa, che è stato

lasciato in fondo.

ricetta Folk: miele con limone e aglio

A nessuno piace essere malati. Tuttavia, la malattia non si smentisce mai. Al fine di proteggere se stessi, è necessario utilizzare questa ricetta buona: il miele con il limone e l'aglio.

Miele e limone ricette non contengono ingredienti segreti.

Per preparare la medicina dobbiamo prendere un mezzo bicchiere di miele e limone. Grattugiare insieme con la scorza. Poi impastare tre spicchi d'aglio

medi e mescolare il tutto. La miscela risultante viene posta in un luogo buio, ed è prodotta per circa 7 giorni.

Dovrebbe essere preso tre volte al giorno, un cucchiaino per tutta la famiglia.

Cahors con aloe e miele: una ricetta per tutte le stagioni

E 'molto efficace per il trattamento di asma. Si dovrebbe preparare foglie di aloe. Dopo prendere uno di miele parte. Una parte del aloe e due parti di buon

vino Cahors. Si noti che prima di tagliare le foglie, il fiore non può essere innaffiata almeno due settimane. Non lavare le foglie, semplicemente rimuovere la polvere, finemente tagliato e messo in un barattolo. Dopo versare miele e Cahors, mescolare e infusione per almeno nove giorni in un luogo fresco e buio. Dopo di scarico bene e con attenzione filtrare. Prendere tre volte al giorno per un cucchiaino nei primi due giorni, e dopo un cucchiaino tre volte al giorno. Conservare in frigorifero. E 'molto efficace rimedio

popolare che rafforzerà la vostra salute.

Il maiale originale con ricetta miele

Non è così semplice. Tuttavia,
cercheremo.

In primo luogo, abbiamo bisogno di:

- 4 filetto di maiale grande;
- Un limone;
- Cinque spicchi d'aglio;
- 10 ml di brandy;
- 2 cucchiaini di miele;
- 2 cucchiaini di olio vegetale;
- Sale;

- Un peperoncino (forse rosso).

Per iniziare tagliare il grasso in eccesso dal filetto, e poi mettere in una pentola profonda preparato. Spremere il succo di limone e poi cospargete con l'aglio finemente sbriciolato. Ora marinare in frigorifero per quaranta minuti. Dopo friggere fino a crosta dorata su olio vegetale, sale e posto in una speciale teglia, versare la salsa.

La salsa deve essere di sbriciolato pepe, zenzero, miele e brandy. Non dimenticare di scaldare la salsa nella padella. Il piatto con la carne e la salsa

è coperto con il coperchio e mettere per 35 minuti in preriscaldato a 180 ° C (356 F) forno.

Ravanello con miele: la ricetta dei nostri antenati

Abbiamo bisogno del ravanello nero e, naturalmente, il miele. Lavare il radicchio e tagliare le code (non gettarlo via perché le code saranno successivamente servire da copertura). Tagliare con molta attenzione al centro del ravanello (è possibile utilizzare un cucchiaio dopo per fare il buco più grande). Dopo aggiungere un cucchiaio

di miele. Ora mettete un ravanello su un piatto, e attendere che secerne il succo. Bere succo di questo, aiuta nel trattamento di raffreddori e tosse.

ricetta popolare di lunga data: latte e miele

Latte con miele, carota e calendula è una bevanda molto utile e incredibilmente gustoso. Risciacquare fiori di calendula, secchi e finemente chop. Versare l'acqua calda, portate a bollore, togliere dal fuoco e infusione per circa quindici minuti. Dopo scolare e raffreddare.

Dopo aggiungere le carote grattugiate, latte e miele.

Quindi è necessario:

- Due bicchieri d'acqua;
- Due bicchieri di latte;
- Una carota (media);
- Quattro cucchiaini di miele;
- Tre cucchiaini di fiori di calendula tritate.

Anatra con ricetta miele

Quello che ti serve:

- Un'anatra - 3 libbre;

- Pepe rosso - mezzo cucchiaino;
- Sale per il sugo;
- Mezza tazza di miele;
- Cucchiaini Un anno e mezzo di senape;
- La metà dei bulbi di cipolle;
- Succo di limone;
- Un terzo di un bicchiere di liquore all'arancia;
- Cinque fette di limone.

In primo luogo abbiamo bisogno di ripulire l'anatra e pungere con una forchetta (questo permette al grasso di

scarico durante la tostatura). Mescolare il succo di limone, pepe e sale, e strofinare l'anatra. Ora è necessario mettere l'anatra in forno per circa quindici minuti per drenare il grasso. Dopo abbassare la fiamma e cuocere in forno, se necessario, svuotare il grasso. In questo momento, ci prepariamo salsa di miele. Mescolare tutti gli ingredienti per la salsa e un po' caldo. Quando l'anatra è cotta, si dovrebbe essere decorato con cerchi di limone e mettere per altri quindici minuti in forno, versando di tanto in tanto con salsa di

miele.

La ricetta miele antica pino

Preparare freschi, gemme di pino ancora verdi e molto ben lavarli in acqua fredda. Dopo versare con acqua fredda e portare ad ebollizione a fuoco basso. Aggiungere acqua bollente al livello originale, fresco, aggiungere il miele, portare ad ebollizione, mescolando continuamente. Lo sciroppo risultante viene versata in barattoli. Prendete questo miele per tutto l'anno. Contiene un sacco di vitamine.

miele alcol: una ricetta per voi

È necessario prendere:

- 500 grammi di miele;
- 14 litri di acqua;
- 2 pollici di radice di zenzero;
- 2 grammi di semi di cardamomo;
- Bastoncino di cannella;
- 2 cucchiaini di pepe nero;
- 50 grammi di lievito.

Heady ricetta miele:

Mescolate il miele con acqua e portare lentamente ad ebollizione, togliere la

schiuma e aggiungere le spezie. Portare a bollore. Raffreddare, aggiungere il lievito, versare in bottiglie di vetro e conservare per 12 ore in un luogo caldo. Dopo la bottiglia viene ermeticamente sigillata e mantenere tre settimane al freddo.

Viburnum e miele: una ricetta per tutti
E 'molto gustoso e incredibilmente utile.
E 'particolarmente efficace nel trattamento di raffreddori, e aiuta bambini e adulti. In primo luogo

abbiamo bisogno di ordinare Viburnum.

Dopo che è lavato ed essiccato,
mettendo su un asciugamano. E 'meglio
per rendere questa sera. Dopo le code
devono essere separati dalle bacche. Poi
strofinare attraverso un setaccio le
bacche da piccole porzioni.

Di conseguenza, si dovrebbe ottenere un
succo molto bello e di spessore,
mescolare fino a quando fino a quando
una massa omogenea.

Versare nel barattolo pulito preparata e
coprire con un coperchio. Conservare in
frigorifero. Questo permette di

conservare tutte le vitamine.

miele di erica: ricetta

In primo luogo abbiamo bisogno di prendere due cucchiaini di fiori di erica, un cucchiaino di salice erbe o il tè Rosa, due cucchiaini di miele (preferibilmente di erica) e versare con 3 tazze di acqua bollente. Infondere di almeno 48 ore. bevanda Fabulous è pronto. Godere.

zucca unico con ricetta miele

Per fare questo piatto abbiamo bisogno di:

- 100 grammi di miele di tiglio;
- 300 grammi di zucca.

Abbiamo tagliato le palline di polpa di zucca con una tacca speciale. Versare il tutto con acqua in modo che la zucca è coperto solo da una metà, e cuocere per 25 minuti sotto il coperchio chiuso.

Decorare con miele e foglie di menta pre-fuso. Godere.

Smoothie con il miele

Smoothie - è una bevanda di spessore, qualcosa tra una purea e succo di frutta, si è preparata principalmente da frutta e bacche, e talvolta le verdure. Gli ingredienti principali sono cereali, frutta secca, miele, yogurt, succhi di frutta freschi. Il risultato è una bevanda utile e sorprendentemente deliziosa. Provalo!

Il suo è possibile vedere diverse ricette frullato popolari:

Apple e albicocca frullato con miele

Ingredienti per 2 persone:

Miele - 1 cucchiaino

Mela verde -1 pc.

Il succo di mela -1 vetro

Albicocche - 4 pezzi

Banana - 1 pezzo

Yogurt - ½ tazza

Preparazione: sbucciare la mela tagliata a fette, togliere il nocciolo. Tagliare a metà le albicocche, togliere i semi.

Tagliare le fette di banana.

Mettere la frutta, miele e altri ingredienti in un robot da cucina o frullatore, aggiungere i cubetti di ghiaccio e

mescolare fino a che liscio.

Versare il frullato nei bicchieri e servire.

frullato di mango con il miele

Ingredienti per 2 persone:

Miele - 1-2 cucchiaini.

Mango - 1 pc.

Latte - 300 ml

Succo di 1 limone

Preparazione: Tagliare il mango, buccia e rimuovere il seme. polpa di Slice e mettere in un frullatore. Aggiungere il

latte e un po 'di miele, succo di limone e mescolare fino ad ottenere un composto liscio e non ci sarà schiuma. Provatelo e se si desidera aggiungere più miele e mescolare ancora.

Mettete i cubetti di ghiaccio in bicchieri e versare il frullato. Decorare con foglie di menta e servire subito.

Cake "Anthill"

Ingredienti:

miele - 1,5 tazze,

panna acida - 3 cucchiari,

olio vegetale - 200 grammi,

Farina - 0, 5 tazze,

tuorlo d'uovo - 5 pc.,.

soda-4 cucchiaino.,

marmellata,

sale.

Preparazione:

Mescolare la panna acida con i tuorli.

Aggiungere la soda e il sale. Aggiungere

la farina e fare una pasta spessa. Poi

stendere la pasta in fili sottili. Tagliare a

fette. Friggere in olio. Se le fette sono

troppo grasso, poi asciugare su un

tovagliolo di carta. Versare con miele liquido e mescolare bene. Formare una collina dalla massa risultante e mettere in frigorifero per 4 ore. Prima di servire, decorare con marmellata.

Torta con miele e frutta candita e noci

Ingredienti:

miele - 250 g,

noci tritate - 0,5 tazze,

canditi -3 cucchiari,

uva passa s - 0,5 tazze,

acqua - 0,5 tazze,

olio vegetale -1 tazza,
cannella - 1 cucchiaino.

terra chiodi di garofano - 5 pezzi,
soda. - . 1 cucchiaino,
cacao - 1 cucchiaino.

Farina,
polvere di zucchero.

Cottura: Il miele è mescolato con acqua e olio. Aggiungere il cacao, chiodi di garofano, cannella, noci, frutta candita, uva passa, e il bicarbonato. Mettere la farina. L'impasto deve essere morbido.

Stendere la pasta in una torta con l'altezza di 2 cm (1 ") e metterlo in una teglia unta d'olio. Mettere in forno preriscaldato e cuocere per 1 ora. Dopo la cottura, cospargere con zucchero a velo.

Cake "Air"

Ingredienti:

Miele - 120 g,

di farina - 170 g,

uova - 5 pezzi,.

cinnamon-0,5 cucchiaino.,

zucchero a velo - 100 g,

frutta candita,

cacao .

Preparazione:

Mescolare 1 uovo, 4 tuorli d'uovo, cannella, zucchero a velo, miele e anice schiacciato. Macinare la massa risultante fino la formazione di schiuma. Montate i rimanenti albumi. Mescolare la farina con il bicarbonato di sodio. Unire tutti gli ingredienti. Mettere l'impasto risultante nel piatto e cuocere

a fuoco basso per 20 minuti. Quindi aumentare la fiamma e cuocere per altri 20-30 minuti. Cotta la pasta viene tagliata in tre torte e spalmato con crema pasticcera. Mettere insieme le torte e coprire con il cacao smalto. Decorare la parte superiore con frutta candita.

Torta al cioccolato

Ingredienti:

Miele - 150 g,
semola-9 cucchiaini.,

uova - 7 pz.,.

zucchero a velo - 100 g,

cioccolato - 40 g,

soda-5 g,

caldo acqua - 4 cucchiaini.

Per la decorazione: noci o gelatina di frutta.

Preparazione:

Sciogliere il cioccolato nel miele.

Aggiungere lo zucchero a velo, i tuorli d'uovo e l'acqua. Montate fino la formazione di schiuma. bianchi frusta

separatamente con semolino e soda.

Mescolare tutti gli ingredienti. La massa viene versata in un piatto e cotta a fuoco medio. Torta cotta è tagliata in strati. I livelli sono spalmato con crema al cioccolato. Mettere insieme gli strati e versare con la stessa crema. Decorare con noci tritate o gelatina di frutta.

torta di miele con le mele

Ingredienti:

spugna torte - 2 pezzi,.

miele - 30 g,

mele - 300 g,

latte - 200 g,

Gelatina - 15 g,

ricotta senza grassi - 200 g,

cioccolato bianco - 50 g,

Crema - 800 ml,

crema fixer - 2 cucchiaini,.

polvere di zucchero - 100 g.

Per la decorazione: Apple - 1 pc.

Cucinando:

Sciogliere lo zucchero a fuoco molto basso fino a doratura. Aggiungere il latte e cuocere fino a quando lo zucchero si scioglie. Mettere a bagno la gelatina. Sbucciate e tritate le mele a dadini. aggiungerli al latte con caramello e cuocere per 1-2 minuti. Raffreddare la massa e aggiungere la gelatina. Mettere la ricotta, 600 grammi di panna e montare bene. Stendere la crema risultante sul pan di spagna e coprire con la seconda torta. Mettere in frigorifero per 2 ore. Montare la panna rimasta con crema fissatore. Metti un po

'di crema in tasca pasticceria. torta
grasso da fianchi con crema rimasta.
Decorare la parte superiore con panna,
miele liquido e fette di mela.

torta di noci al rum

Ingredienti:

Miele - 125 g,

di farina - 200 g,

zucchero a velo - 125 g,

rum -. 20ml,

uova - 2 pezzi,.

zucchero vanigliato,

noci - 100 g,
cioccolato.

Cucinando:

miele fuoco, aggiungere lo zucchero a velo e frusta fino a quando la formazione di schiuma. Aggiungere il rum, tuorli d'uovo - uno alla volta e zucchero vanigliato. Aggiungere la farina e frutta secca tritata con piccole porzioni. Separatamente i bianchi d'uovo frusta. Mescolare delicatamente. La massa è diviso in tre parti uguali. Cuocere tre torte nel piatto, unta con il burro e

cosparso di farina. Raffreddare pronto
torta sono impregnate di rum e rubbe con
cioccolato e crema di noci.

Cake "Honey noci tostate"

Ingredienti:

Per la pasta:

miele - 2 cucchiaini.

di zucchero - 2 cucchiaini.

di burro - 100 g,

uova - 3 pezzi,.

uvetta - 120 g,

di farina - 200 g,

mandorle - 50 g,

raisin-150 g,

sale,

lievito in polvere - 1 cucchiaino.

Per la crema:

Miele - 80 g,

di zucchero - 80 g,

di burro - 80 g,

Crema - 4 cucchiai,.

cannella in polvere - 1/4 cucchiaino,

di mandorle - 200 g,

Preparazione:

il burro con lo zucchero Grind.

Aggiungere le uova una alla volta.

Aggiungere la farina e il bicarbonato di sodio, il miele fuso, mandorle tritate e un pizzico di sale. L'impasto deve essere simile crema densa. Alla fine, aggiungere la panna acida. Mettere l'impasto in un piatto unto. Cuocere in forno preriscaldato per 30 minuti. Poi sciogliere il burro, mescolare con miele, panna e zucchero, aggiungere il grossolanamente le mandorle tritate e la cannella. Cuocere per 2 minuti. Tagliare

rigonfiamento dalla cima della torta calda e versare con una crema dolce. Stendere la crema su tutta la superficie e infornare per 10-15 minuti. Servire raffreddato.

torta a strati

Ingredienti:

Per la pasta:

miele - 1 cucchiaino,.

uovo - 1 pc,.

di burro - 50 g,

di zucchero - 1 tazza,

Latte - 3 cucchiaini,

di farina - 2 tazze,

bicarbonato di sodio - 1/2 cucchiaino.

Per la crema:

di zucchero - 1 tazza,

panna acida - 500 g,

lampone e fragola - a piacere.

Preparazione:

Mescolare il burro, il miele, il latte, lo

zucchero e le uova e mettere su un

bagnomaria. Quando tutto è sciolto -

aggiungere la farina e il bicarbonato.

Impastare la pasta e posto al freddo.

Dividere l'impasto in 5 parti e le torte del rullo. Cuocere tutte le torte. Montare la panna con lo zucchero, aggiungere le bacche schiacciate. Ungete con crema. Guarnire con frutti di bosco interi.

Refrigerare.

Cake "Bee"

Ingredienti:

Miele - 400 g,

di zucchero - 1 tazza,

uova - 5 pc.,

Crema - 1 bicchiere,

di farina - 3 bicchieri,

soda - 1 cucchiaino.

cannella,

chiodi di garofano tritati.

Cucinando:

Fate sciogliere il miele a bagnomaria. A poco a poco aggiungere le uova, lo zucchero, la farina, la cannella e chiodi di garofano. Mescolare. L'impasto deve avere la consistenza di panna acida. Poi mettere in teglia unta. Cuocere in forno per 40-45 minuti.

Torta con miele e tè

Ingredienti:

miele - 300g,

tè forte birra - 0,75 tazze,

uovo -1 pc.,

di burro - 60 g,

zucchero-0,5 tazze,

farina 550 g,

soda - 0,25 cucchiaino,.

chiodi di garofano - 15 pz.

Cucinando:

Sciogliere il miele e il burro, aggiungere l'uovo, lo zucchero e chiodi di garofano.

Mescolare bene. Aggiungere il tè, la farina e il bicarbonato, la pasta impastare. La massa viene messo nel piatto, unta di burro. Cuocere in forno per 50-55 minuti.

Piatti caldi con miele

Carp con miele

Ingredienti :

carp - 1 kg,

miele - 1 cucchiaino,.

cipolla - 0,5 pezzi,.

uovo - 1 pc,.

carota - 1 pc.,

prezzemolo radice - a piacere,

uvetta - 2 cucchiaini.,

di gelatina -10 g,

brodo - 1 tazza,

aceto - 1 cucchiaino.,

limone-1 pc.,

sale,

Pepe.

Cottura: tagliato in porzioni filetti di pesce e mettere in una pentola.

Aggiungere la carota e la cipolla tritata,

aggiungere radice di prezzemolo, sale e pepe, versare con acqua e far bollire. Poi togliere il pesce cotto, mettere sul piatto e guarnire con le uova a fette, fette di limone e prezzemolo. Ebollizione per un terzo rimanente brodo. Fresco e mescolare con la gelatina. Versare con l'aceto e portate a bollore e raffreddare. Cook miele e uvetta e aggiungere il brodo. Versare carpa con questa salsa e conservare in frigorifero fino a spessore.

Carne di maiale in salsa di miele

Ingredienti:

filetto di maiale - 3 libbre,.

cipolla (piccola) - 12 pz.

carote - 300 g,

bacche di ginepro - a piacere,

limone -. 1 pc,

burro - 250 g, olio di oliva - 250 g,

vino moscato - 250 g,

Miele - 250 g

sale,

pepe e alloro.

Preparazione:

Tagliare la carne in diversi pezzi di grandi dimensioni e strofinare con una miscela di sale e pepe. Mettere su una teglia unta. Cuocere in forno a 180 ° C (360 F) per circa 30 minuti. Versare la carne con il vino al miele, foglie di alloro e mettere alcune bacche di ginepro e mettere in forno per un'altra ora. Di tanto in tanto versare la carne con il succo di formato. Poi tirare fuori la carne, e versare il succo ottenuto in un altro contenitore, mescolare con il succo di un limone e un po 'di evaporare.

Friggere le cipolle nel burro con un po' di miele, acqua e sale nella padella e tagliare le carote. Quando le verdure diventano dorate - aggiungere qualche cucchiaino di salsa e stufare per qualche minuto. Mettere carne in un piatto, mettere le verdure sui bordi, versare la salsa sopra.

Carne con miele e senape

Ingredienti:

Per la carne:

carne di maiale - 5 libbre,.

olio vegetale - 3 cucchiaini, cipolla -.. 1
pc,

miele -. 1, 5 cucchiaini,

senape diluita - 2 cucchiaini.

birra - 1 tazza e 1 cucchiaino.

timo - 1 cucchiaino.

sale,

Pepe.

Per il ripieno:

miele - 2 cucchiaini.

zenzero in polvere - 0,25 cucchiaini,.

di burro - 1,5 cucchiaini,

cannella in polvere - 0,5 cucchiaini,

birra - 1 bicchiere,

acqua - 0,25 tazze,

prugne - 1 tazza,

albicocche secche - 1 bicchiere,

raisin - 0,75 tazze,

pepe nero - 1 cucchiaino.

Preparazione: pepe e sale la carne,
mettere in una teglia unta e mettere in
forno preriscaldato per 15-20 minuti.

Quindi ridurre il fuoco. Mescolare 1
cucchiaino. di birra, senape e miele.

Strofinare la carne con il composto e cospargere con timo. Mettere anelli di cipolla tritata intorno alla carne e versare un bicchiere di birra. Cuocere per 1,5-2 ore. Di tanto in tanto versarlo con salsa formata. Poi, in una padella a parte fate sciogliere il burro con il miele, aggiungere le spezie e calore, mescolando continuamente per 30 minuti. Aggiungere la frutta secca, acqua e birra. Cuocere a fuoco basso fino a quando le verdure ammorbidire e selezionare sciroppo. Dopo di che mantenere il ripieno al caldo. Prendete

la carne dal forno, tagliata a pezzi e aggiungere il riempimento. Si può servire sughi a base di carne.

Grafici a torta con miele e semi di papavero

Ingredienti:

miele - 3 cucchiaini,

di zucchero - 3 cucchiaini,

di farina - 500 g,

latte - 1 tazza,

uovo - 4 pz.

1 albume d'uovo,

di mandorle in lastre,
canditi - 100 g,
terra semi di papavero - 300 g,
e burro -. 1 cucchiaio,
lievito di birra - 20g,
la scorza di un limone,
sale e la cannella.

Preparazione: Sciogliere il lievito in
100 ml. di latte, aggiungere $\frac{1}{2}$ cucchiaio
di zucchero e aggiungere il composto
alla farina. Mantenere per 15 minuti.
Poi, 1,5 cucchiaini. di zucchero è
mescolato con 50 g di olio, grattugiato

scorza, uova, farina e sale. Mantenere per mezz'ora. Mescolare 125 g di latte con il miele, lo zucchero rimasto, il burro e semi di papavero. Aggiungere la cannella e 50 g di frutta candita. Portare questa miscela a ebollizione. Stendere la pasta e tagliarla in quadrati di 12-15 cm (4-5 ") e grasso con il bianco. Piegare i bordi delle piazze e riempire con una miscela di papavero. Cuocere in forno per 20 minuti.

torte di miele, muffin, biscotti con ricette al miele

torte di miele soffici

Ingredienti:

- 250 g di miele,
- 1 tazza di acqua,
- 150 g di zucchero a velo,
- 1 uovo,
- 3 tuorli d'uovo,
- 10 g di cannella,
- 5 g di anice,
- 5 g di chiodi di garofano,
- vaniglia,

- il succo di 1/2 limone,
- scorza di limone da 1/2 limone,
- 1 cucchiaino. di bicarbonato di sodio,
- 700 g di farina.

1. Versare acqua calda sopra il miele, mescolate, fresco. A parte mescolare lo zucchero, i tuorli, spezie, vaniglia, succo di limone, la scorza di limone e bicarbonato di sodio, miscela frusta fino a quando la formazione di schiuma.

2. aggiungere gradualmente la farina e miele sciolto.

3. Lavorate l'impasto su un bordo, lasciare riposare per 5-6 ore, di nuovo impastare, tagliato a pezzi, stendere letti, tagliare forme e figure, cuocere a fuoco medio.

4. torte calde sono macchiate con l'uovo. Dopo che si sono raffreddati, decorare con zucchero a velo, panna montata con l'uovo.

Si può anche fare dolci in forma di casa di marzapane, scatole e altri prodotti culinari originali.

torte di miele Folk

Ingredienti:

- 500 g di miele,
- 500 g di farina,
- 10 g di zucchero di canna,
- 1 tazza di latte,
- 1/2 tazza di panna acida,
- 2-3 tuorli d'uovo,
- 1/2 cucchiaino. di bicarbonato di sodio,
- 1 cucchiaino. di cannella in polvere.

1. Mescolare la farina con la cannella e

il bicarbonato. Aggiungere caramello, il latte, la panna acida.

2. Montate i tuorli, mescolare tutti i prodotti. Impasta la pasta.

3. Stendere, taglio, forma, sparsi sul unta e infarinata padella. Cuocere in forno.

pan di zenzero

Ingredienti:

- 200 g di miele,
- 500 g di farina,
- 200 g di marmellata di fragole,

- 150 g di zucchero a velo,
- 4 uova,
- il succo e la scorza di 1/2 limone,
- 1 cucchiaio. di cacao,
- 60 g di burro,
- 1 cucchiaino. di cannella e anice,
- 1/2 cucchiaino. di bicarbonato di sodio,
- 1/2 litro di latte,
- noccioline.

1. Mescolare bene ad un notevole aumento del volume della miscela miele,

marmellata, zucchero, tuorli e cacao. Aggiungere il succo di limone e la scorza, anice, la cannella, il bicarbonato, il latte e il burro fuso, mescolate di nuovo.

2. separatamente frusta albumi e mescolarle con la farina per la massa risultante. Versare in un piatto fondo. Cuocere a fuoco medio.

3. Quando si è raffreddato, smalto, tagliarlo a quadrati e guarnire con le noci.

Gingerbread con cannella

Ingredienti:

- 350 g di miele,
- 100 gr di zucchero a velo,
- 500 g di farina,
- 4 uova,
- 1/2 cucchiaino. di bicarbonato di sodio,
- 1 tazza di noci,
- il succo di 1/2 limone,
- scorza di 1/2 limone,
- 1/2 cucchiaino. di cannella.

1. Montare le uova, il miele e lo zucchero fino a formazione di schiuma, aggiunge disciolto in acqua 1 cucchiaino. di soda, succo di limone, la scorza di limone e cannella, mescolare bene.

2. Versare la farina lentamente per evitare grumi. Aggiungere le noci tritate e mescolate. Ungere il piatto con olio vegetale, versare l'impasto e cuocere a fuoco medio fino a quando non comincia a salire.

3. Ridurre il fuoco e lasciare in forno fino al buio. Estrarre di piatto una volta raffreddato.

Torta con l'uva passa

Ingredienti:

- 200 g di miele,
- 250 g di farina,
- 2 uova,
- 1 tuorlo d'uovo,
- 1/4 tazza di latte,
- 100 g di uvetta,
- scorza di 1/2 limone,

- 1/2 cucchiaino. di cannella,
- 1 • / 2 cucchiaino. di bicarbonato di sodio.

1. Montare i tuorli d'uovo e miele fino a formazione di schiuma. Aggiungere la farina e il latte con in essa disciolti bicarbonato di sodio, mescolare per 10 minuti.

2. Aggiungere la scorza di limone, cannella e uvetta. Cuocere in forno per 1 ora in un piatto, grasso e farina prima.

3. Prendere la torta dal piatto caldo.
Glaze la torta raffreddata.

Biscotti con miele

Ingredienti:

- 50 g di miele,
 - 2 uova,
 - 150 grammi di burro riscaldato,
 - 150 g di panna acida,
 - 400 g di farina,
 - 1 confezione di vaniglia in polvere
- zucchero,
- 1 cucchiaino. di bicarbonato di sodio,
 - sale.

1. Mescolare le uova sbattute con il

miele, burro, panna acida, lo zucchero vanigliato, il bicarbonato e il sale.

2. Aggiungere la farina, impastare la pasta, coprire con un panno e lasciare riposare per 20-30 minuti.

3. Stendere lo strato dello spessore di 0,5 cm (0,05 "), ritagliare figure, metterli in una teglia imburata e infarinata a 2 - 3 pollici a parte e cuocere a fuoco medio.

crema di miele con limone e miele
caramelle ricette

crema di formaggio con miele

Ingredienti:

- 120 g di miele,
- 500 g di mele,
- 50 g di noci,
- 200 gr di ricotta,
- cannella,
- scorza di 1/2 limone,
- il succo di 1/2 limone.

1. Cuocere in forno le mele, strofinare al caldo attraverso il setaccio.
2. Quando il purè si è raffreddato, la

frusta in un frullatore con la ricotta, il succo di limone, la scorza di limone e la cannella, aggiungere un po 'di miele.

3. Cospargere con le noci tritate.

crema di fragole

Ingredienti:

- 100 g di miele,
- 200 g di burro,
- 1 tuorlo d'uovo,
- 100 g di zucchero a velo,
- 2 cucchiaini. sciroppo di fragola di spessore.

1. miele Mescolare con sciroppo di fragola.
2. Strofinare il burro con lo zucchero e il tuorlo d'uovo e aggiungere gradualmente il miele, poi frusta fino a quando non è formazione di schiuma.

Crema Miele al Limone

Ingredienti:

- 1/2 tazza di miele,
- 1/4 tazza di zucchero,
- 2 cucchiaini di farina,
- 1/4 tazza di succo di limone,

- scorza di 1 limone,
- 1 uovo,
- 1 cucchiaino di burro.

1. Mescolare lo zucchero, il miele, la farina, il succo di limone, la scorza di limone e uova, aggiungere il burro e cuocere, mescolando continuamente, fino a quando il composto si sarà addensato.

2. Togliere la crema dal fuoco e lasciare raffreddare.

Candy (torrone)

Ingredienti:

- 1/3 tazza di miele,
- 1 tazza di miele zucchero,
- 1/2 tazza di acqua,
- 2 albumi,
- spezie (a piacere),
- 3 tazze di noci tritate,
- sale.

1. Mescolare il miele, zucchero e acqua, fino a quando lo zucchero si scioglie e diventa una massa omogenea, far bollire senza mescolare.

2. Montare i bianchi e continuano a montare, versando lo sciroppo caldo. Aggiungere le noci e spezie tritate.
3. Stendere la pasta in modo uniforme sulla cialda, coprire con un altro foglio di wafer e messo sotto pressione.
4. Tagliare attentamente le piazze torrone.

Insalata di frutta con miele, marmellate di frutta ricette

insalata di arance con il miele

Ingredienti:

- 1 cucchiaino di miele,
- il succo di 1/2 limone,
- 2 arance,
- 100 g di noci.

1. Tagliare la polpa d'arancia a pezzetti e mescolare con noci tritate, aggiungere il succo di limone e miele.

2. Servire in un'ora.

insalata di fragole

Ingredienti:

- 100 g di miele,

- 500 g di fragole,
- 200 g di panna montata,
- vaniglia
- zucchero a piacere.

1. Lavare, pulire, fragole tagliate, aggiungere il miele.

2. Aggiungere lo zucchero vanigliato, mescolare e mettere in frigorifero per 1 ora.

3. Prima di servire, aggiungere la panna montata.

purea di albicocca

Ingredienti:

- 100 g di miele,
- 60 g di albicocche,
- 100 g di panna montata,
- 1 cucchiaino di succo di carota.

1. albicocche Rub al setaccio, privarli dei semi.

2. carote grattugiare, spremere il succo e mescolare con le albicocche, aggiungere il miele, guarnire con panna montata.

Marmellata di albicocche

Ingredienti:

- 1 kg di albicocche,
- 800-900 g di miele.

1. Lavare le albicocche, togliere i semi.

2. quelle mature tritare, mescolare con miele e cuocere a fuoco vivace per 10 minuti., Mescolando continuamente.

3. Aggiungere le albicocche rimanenti, tagliati in piccoli pezzi, e fate cuocere per qualche minuto.

4. Versare in vasetti.

Nota. Per rendere la marmellata più spessa, è possibile aggiungere alcune mele grattugiate purè.

Marmellata di fragole

Ingredienti:

- 1 kg di fragole (lamponi),
- 700-800 g di miele.

1. Lavarsi accuratamente le fragole, mettere in un piatto di porcellana, versare il miele e lasciate riposare per 3-4 ore.
2. Scaricare lo sciroppo e fate cuocere a fuoco vivo per 10 minuti, mescolando continuamente.

Aggiungere le fragole e cuocere per qualche minuto.

Nota. Per rendere la marmellata più spessa, aggiungere il succo di ribes.

bere il miele ricette

Le bevande con il miele possono essere serviti sia come bevanda e come tonico.

In ogni caso, sono altrettanto gustoso e buono per tutte le età.

latte freddo con il miele

Ingredienti:

- 60 grammi di miele,
- 1/2 litro di latte.

1. Sciogliere il miele nel latte leggermente riscaldato. Raffreddare e frusta in mixer.

Latte con miele e albicocche

Ingredienti:

- 60 grammi di miele,
- 4 albicocche,
- 1/2 litro di latte.

1. Lavare le albicocche mature, privarli dei semi, tagliati a pezzi, messo in un

barattolo di vetro, aggiungere il miele, mescolare e mettere per 1 ora in un luogo caldo.

2. Rub al setaccio, aggiungere il latte, mescolare e frullare con un mixer.

È possibile aggiungere 1/4 tazza di succo di carota.

panna acida con miele e marmellata di fragole

Ingredienti:

- 1 cucchiaino di miele,
- 1 tazza di yogurt,

- 1 tazza di latte,
- 100 g di marmellata di fragole,
- fragola,
- vaniglia e zucchero a piacere.

1. Montare in mixer marmellata con yogurt e latte freddo, a poco a poco l'aggiunta di miele e zucchero vanigliato. Decorare ogni porzione con le fragole.

ribes Lemonade

Ingredienti:

- 1 cucchiaino di miele,

- 2 cucchiaini di sciroppo di ribes,
- 3 cucchiaini di succo di ribes nero,
- 1/4 litro di acqua.

1. Scaldare un po 'd'acqua, sciogliere il miele, aggiungere lo sciroppo di ribes, succo di frutta e acqua, posto nel frigorifero.

2. Servire in bicchieri con cannuccie.

Capitolo 26: aceto di mele e miele Remedy

I benefici per la salute di aceto di sidro di mele e miele bevanda sono ampiamente conosciuti. Questa ricetta è stato tradizionalmente usato come a casa auto rimedio per molti disturbi, e anche come un elisir anti-invecchiamento.

Molte persone hanno riconosciuto e fatto uso della sua pulizia e disinfezione proprietà di auto-disintossicare il corpo. Si è visto come un potente agente di pulizia e di guarigione naturale elisir con naturalmente antibiotico e antisettico

che combatte i germi e batteri.

Alcalinizzanti dieta

Quindi, come fa questo aceto e miele rimedio realmente funzionano? Come sottolineato dalla maggior parte dei mantra nutrizione, sangue di una persona tende verso diventare acida con la nostra dieta moderna di grassi, amidi e prodotti alimentari trasformati, (ad esempio, fast food, carni, arachidi, frutti di mare, alcol e caffè) e se il vostro corpo è acido, malattia può fiorire; se è alcalina, è in equilibrio e in grado di combattere i germi e malattie come le

condizioni della vescica e dei reni, osteoporosi, ossa fragili, dolori articolari, dolori muscolari, basso consumo di energia e stanchezza cronica, e della digestione lenta.

frutta cruda, verdure a foglia verde, legumi e tè sono esempi di alcaline formando o la promozione di prodotti alimentari. È interessante notare che e ironicamente, la tendenza acida o alcalina di formazione di un alimento nel corpo non ha nulla a che fare con il pH reale del cibo stesso. Per esempio,

limoni e cedri sono molto acide, tuttavia i prodotti finali che producono dopo la digestione e l'assimilazione sono molto alcalino così limoni e cedri sono alcalinizzanti nel corpo. Allo stesso modo, la carne metterà alla prova alcalina prima digestione ma lascia residui molto acida nel corpo in modo, come quasi tutti i prodotti di origine animale, carne è molto formano acido. È importante sapere che l'acido dello stomaco o il pH dello stomaco è una questione completamente diversa dalla pH dei fluidi e dei tessuti del corpo. Il

corpo ha un acido-alcalino (o acido-base) rapporto chiamato il pH, che è un equilibrio tra le cariche positivamente gli ioni (acido-formatura) e gli ioni carichi negativamente (alcalinizzanti). Quando questo equilibrio è compromesso possono verificarsi molti problemi. Il corpo è costretto a prendere in prestito minerali, tra cui calcio, sodio, potassio e magnesio da organi vitali e le ossa per neutralizzare l'acido e sicuro rimuoverlo dal corpo. E gravi danni può essere fatto per il corpo a causa di elevata acidità. Idealmente, per

la maggior parte delle persone, la dieta ideale è il 75 per cento alcalinizzanti e il 25 per cento cibi acidificanti in volume. reazioni allergiche e altre forme di stress tendono a produrre acidi eccessivo nel corpo. La capacità alcalinizzanti di aceto di mele può correggere eccesso di acidità nel nostro sistema e aiutare a prevenire e combattere le infezioni.

Acidità di Aceto per la Salute

Dr DC Jarvis, autore del famoso libro "Medicina popolare" (1958), e grande sostenitore della bevanda aceto e miele

tuttavia spiega i vantaggi del miscuglio in modo diverso dalla teoria di cui sopra. Nessun riferimento di alimenti alcalini ed alimenti acidi producendo stata fatta nella sua premessa. Invece ha esposto su come aceto di sidro potrebbe acidificare le urine in modo efficace e prevenire le infezioni del tratto urinario, e come l'acidificazione del aceto potrebbe prevenire raffreddori, sinusiti, nevralgie, disturbi digestivi, mal di testa, e una miriade di altri disturbi. Egli ha anche ipotizzato che il potente acidità dell'aceto potrebbe sciogliere i depositi

di calcio nelle articolazioni del corpo in pazienti artritici. Oggi, aceto di sidro e miele è noto per essere un rimedio efficace per i reumatismi e arthrits.

Che ne dite di miele?

Miele aggiunto all'aceto naturalmente rende la miscela più potabile per le persone. Ogni cibo dolce ha un pH basso e che è la natura di zucchero. Tuttavia, i ricercatori hanno scoperto che 45 minuti dopo aver mangiato il miele grezzo, esami del sangue hanno mostrato più alcalinità. I diabetici hanno

anche più basso di zucchero nel sangue 45 minuti dopo aver mangiato il miele. Questo perché, a differenza di zucchero trasformato e dolcificanti artificiali, il miele è molto rapidamente assorbito nelle cellule del corpo per l'utilizzo di carburante, piuttosto che seduto nel sangue.

Quando si beve prima l'aceto di sidro di mele formula, potrebbe non sapore troppo piacevole, soprattutto se il vostro palato non prendono bene al succo fermentato, ma questo è soggettivo.

Tuttavia, il gusto è spesso acquisita nel tempo e come il tuo corpo diventa meno acido e più alcalino, tende a un sapore migliore. Le malattie che potrebbero essere curate con questo aceto di sidro di mele e miele trattamento includono:

1. Invecchiamento precoce

2. L'obesità

intossicazione 3. Prodotti alimentari

esaurimento 4. Calore

5. reflusso acido / Heartburn

6. Unghie fragili

7. alito cattivo

8. Artrite

9. La pressione alta

10. Alto livello di colesterolo

11. Eczema

Prova questo aceto e miele bevanda sana e rinfrescante!

In sostanza, per preparare:

1. Mescolare l'aceto di sidro di mele (metà a 1 cucchiaio) e il miele grezzo (metà a 1 cucchiaio). (Nota: aceto di mele è in realtà composto da freschi,

biologici, mele schiacciate che sono autorizzati a maturare naturalmente in botti di legno, ma si può ottenere facilmente dai negozi di alimentari o supermercati.)

2. Sciogliere in un bicchiere d'acqua (10-20oz).

3. Prendere una o due volte al giorno.

Capitolo 27: cannella e miele

Le compagnie farmaceutiche non piace questo muoversi. Fatti sul miele e cannella:

Si è constatato che una miscela di miele e cannella cura la maggior parte delle malattie. Il miele viene prodotto nella maggior parte dei paesi del mondo. Gli scienziati di oggi notare anche il miele come medicina molto efficace per tutti i tipi di malattie. Miele può essere utilizzato senza effetti collaterali che è

anche un vantaggio.

Oggi la scienza dice che, anche se il miele è dolce, quando viene presa nel giusto dosaggio come una medicina, non danneggia i pazienti diabetici nemmeno. Ricercato dagli scienziati occidentali:

MALATTIE CUORE: fare una pasta di miele e cannella in polvere, metterlo sul pane tostato invece di gelatina e marmellata e mangiano regolarmente per la prima colazione. Si riduce il colesterolo e potrebbe potenzialmente

salvare uno da attacco di cuore. Inoltre, anche se avete già avuto un attacco studi indicano che potrebbe essere tenuto miglia di distanza dal prossimo attacco. L'uso regolare di miele cannella rafforza il battito cardiaco. In America e in Canada, varie case di cura hanno trattato i pazienti con successo e hanno scoperto che con l'età le arterie e le vene perdono la loro flessibilità e intasarsi; miele e cannella rivitalizzare le arterie e le vene.

Artrite: i pazienti di artrite possono

beneficiare prendendo una tazza di acqua calda con due cucchiaini di miele e un piccolo cucchiaino di cannella in polvere. Se assunto quotidianamente anche artrite cronica può essere curata. In una recente ricerca condotta presso l'Università di Copenhagen, si è riscontrato che quando i medici trattati i loro pazienti con una miscela di un cucchiaino di miele e mezzo cucchiaino di cannella in polvere prima di colazione, hanno scoperto che entro una settimana (su 200 persone così trattati) praticamente 73 pazienti sono stati

completamente sollevati di dolore - ed entro un mese, la maggior parte di tutti i pazienti che non poteva camminare o muoversi a causa di artrite iniziato a camminare senza dolore.

Infezioni della vescica: Prendere due cucchiaini di cannella in polvere e un cucchiaino di miele in un bicchiere di acqua tiepida e berlo. Distrugge i germi nella vescica ... chi lo sapeva?

COLESTEROLO: Due cucchiaini di miele e tre cucchiaini di cannella in polvere

miscelati in 16 onces di tè acqua dato ad un paziente di colesterolo è stato trovato per ridurre il livello di colesterolo nel sangue del 10 per cento entro due ore. Come già detto per i pazienti artritici, se assunto tre volte al giorno, ogni colesterolo cronica potrebbe essere curata. Secondo le informazioni ricevute in detto Journal, miele puro assunto con il cibo allevia ogni giorno lamentele di colesterolo.

COLDS: Coloro che soffrono di raffreddori comuni o gravi devono

assumere un cucchiaino di miele tiepido con 1/4 cucchiaino di cannella in polvere al giorno per tre giorni. Questo processo in grado di curare la tosse cronica più, freddo, e, cancellare i seni, ed è troppo delizioso!

Mal di stomaco: Miele prese con il mal di cure di cannella in polvere stomaco e anche si dice per cancellare le ulcere dello stomaco dalla sua radice.

GAS: Secondo gli studi fatti in India e in

Giappone, viene rivelato che quando il miele è presa con cannella in polvere lo stomaco è sollevato di gas.

SISTEMA IMMUNITARIO: L'uso quotidiano di miele e cannella in polvere rafforza il sistema immunitario e protegge il corpo dagli attacchi batterici e virali. Gli scienziati hanno scoperto che il miele ha varie vitamine e ferro in grandi quantità. L'uso costante di miele rafforza i globuli bianchi (in cui il DNA è contenuto) per combattere le malattie batteriche e virali.

Indigestione: Cannella in polvere spruzzata su due cucchiaini di miele prese prima il cibo è mangiato allevia acidità e digerisce il più pesante dei pasti

INFLUENZA: Uno scienziato in Spagna ha dimostrato che il miele contiene un 'ingrediente' naturale che uccide i germi influenzali e salva il paziente da influenza.

LONGEVITA ': Tè a base di miele e

cannella in polvere, se assunto regolarmente, arresti le devastazioni della vecchiaia. Utilizzare quattro cucchiaini di miele, un cucchiaino di cannella in polvere, e tre tazze di acqua bollente per fare un tè. Bere 1/4 di tazza, tre o quattro volte al giorno. Si mantiene la pelle fresca e morbida e arresti vecchiaia. La vita si estende aumento e anche un 100 anni inizierà svolgere le faccende di un 20-year-old.

GOLA roca o mal: Quando gola ha un solletico o è roca, prendere un cucchiaino

di miele e sorseggiare fino andato.

Ripetere ogni tre ore fino a quando la gola è senza sintomi.

Brufoli: tre cucchiaini di miele e un cucchiaino di pasta di cannella in polvere. Applicare questa pasta sul brufoli prima di dormire e lavare via la mattina seguente con acqua calda. Una volta fatto giorno per due settimane, rimuove tutti i brufoli dalla radice.

Infezioni della pelle: L'applicazione di miele e cannella in polvere in parti

uguali sulle parti interessate cure eczema, tigna e tutti i tipi di infezioni della pelle.

PERDITA DI PESO: tutti i giorni di mattina mezz'ora prima

la prima colazione e a stomaco vuoto, e la sera prima di dormire, bere miele e cannella in polvere bollito in una tazza di acqua. Se assunto regolarmente, riduce il peso anche la persona più obesi. Inoltre, bere questa miscela regolarmente non consente il grasso di accumularsi nel corpo, anche se la

persona può mangiare una dieta ad alto contenuto calorico.

CANCRO: Recenti ricerche in Giappone e in Australia ha rivelato che il cancro avanzato dello stomaco e le ossa sono stati curati con successo. I pazienti affetti da questo tipo di cancro dovrebbero prendere tutti i giorni un cucchiaino di miele con un cucchiaino di cannella in polvere tre volte al giorno per un mese.

FATIGUE: Studi recenti hanno dimostrato che il tenore di zucchero del miele è più disponibile piuttosto che essere dannoso per la forza del corpo. Gli anziani che prendono il miele e cannella in polvere in parti uguali sono più attenti e flessibili. Dr. Milton, che ha svolto la ricerca, dice che un mezzo cucchiaino di miele preso in un bicchiere d'acqua e cosparso di cannella in polvere, anche quando la vitalità del corpo inizia a diminuire, quando prese ogni giorno dopo la spazzolatura e nel pomeriggio a circa 3:00, la vitalità del

corpo aumenta entro una settimana.

Alito cattivo: La gente del Sud America, gargarismi con un cucchiaino di miele e cannella in polvere mescolato in acqua calda prima cosa al mattino così il respiro rimane fresco per tutta la giornata.

La perdita dell'udito: tutti i giorni mattina e sera miele e cannella in polvere, preso in parti uguali ripristina l'udito. Ricordate quando eravamo bambini? Abbiamo avuto pane tostato

con burro vero e cannella spruzzato su
di essa!

Capitolo 28: Cure naturali usando l'aceto E MIELE

aceto di sidro di mele e miele sono un potente richiamo di salute. Quando li si consumano nelle loro forme prime non trasformati, i benefici per la salute abbondano. Se si mettono insieme i due, i risultati diventano ancora più positivi. Miele e aceto insieme possono essere utilizzati per un certo numero di salute, pelle e capelli disturbati.

SCIROPPO PER LA TOSSE

Miele e aceto sono due degli ingredienti

principali di sciroppo per la tosse in casa. Questo sciroppo forte sapore aiuta veramente tosse persistente calma che accompagnano i raffreddori torace e infezioni. Oltre alle proprietà lenitive di miele e aceto, questo sciroppo contiene anche lo zenzero, un antinfiammatorio naturale.

Come fare ed impiego:

Mescolare 2 cucchiaini di acqua calda, 1 cucchiaino di aceto di mele biologico, 1 cucchiaino di miele, 1/4 cucchiaino di

terreno pepe di cayenna e 1/4
cucchiaino. di zenzero in polvere.
Prendere 1 cucchiaino. della sciroppo
per la tosse in casa ogni due o tre ore.

CRAMPI ALLE GAMBE

Miele e aceto di promuovere la
circolazione sana, che può aiutare
coloro che soffrono di crampi alle
gambe periodiche.

Come fare ed impiego:

Take 2 cucchiaini di aceto di sidro di mele e 1 cucchiaino di miele ogni sera prima di coricarsi per mantenere i crampi notturni a bada. Utilizzare il trattamento prima di lavorare fuori se si tende a limitare in su in palestra. Se non è possibile stomaco l'aceto ed il miele da soli, li sciogliere in un po' di acqua tiepida prima.

ARTRITE

Alcune persone mix di miele e aceto per alleviare i sintomi di artrite. Alcune persone hanno riferito le articolazioni più flessibile e meno dolore su di iniziare un regime di miele e aceto.

Come fare ed impiego:

Per rendere la casa rimedio artrite, versare 8 once. di acqua calda in una tazza e aggiungere 2 cucchiaini. ciascuna di miele e aceto di mele. Bere questa miscela ogni giorno per ottenere i

migliori risultati.

Mal di gola e FREDDO

Aceto e miele sono due ingredienti importanti che possono trattare i sintomi legati al raffreddore comune, come ad esempio la congestione e mal di gola.

Non appena si avvertono i primi segni di un mal di gola, provare uno dei due metodi. Mescolare 1/4 tazza di aceto di sidro di mele con acqua tiepida e

gargarismi ogni ora; o mescolare un cucchiaino di aceto di sidro di mele organico con acqua calda e un colpo di miele e SIP.

REFLUSSO ACIDO

Mescolare 1 cucchiaino di 2 cucchiaini di aceto di mele biologico con 1 cucchiaino di miele in mezzo bicchiere d'acqua. Consumare questo 30 minuti prima di mangiare per prevenire il reflusso.

PERDITA DI PESO

Molte persone sostengono che Aceto di mele favorisce la perdita di peso, accelerando il metabolismo. Un rimedio suggerito è quello di mescolare 2 cucchiaini di aceto insieme a 2 cucchiaini di miele in un bicchiere d'acqua e bere questo prima di ogni pasto o sorseggiare lentamente per tutta la giornata

GUARIGIONE DRINK

Le due sostanze sono un modo perfetto per sbarazzarsi di eccessiva acidità (derivante da stile di vita stressante e cibi non sani e bevande) e la costruzione di un ambiente interno con un pH di protezione.

Come fare ed impiego:

Avrete bisogno di 1 cucchiaino di miele grezzo, 1 cucchiaino di ACV e acqua

calda 1 bicchiere. Mescolare il tutto e bere ogni mattina. Se si può tollerare il gusto, aumentare il dosaggio di ACV fino a 1 cucchiaino.

Ecco un elenco completo di tutti i benefici che trarranno vantaggio da questa miscela:

Aiuta la digestione e stipsi

Riduce i livelli di colesterolo e abbassa la pressione sanguigna

sollievo bruciore di stomaco

Rimedio per l'alito cattivo

Aiuta con infiammazione

ripetitore di energia

pelle giovane e luminosa