

Ziołowa Dama - Bazylia

Dodany przez kasia

wtorek, 30 kwietnia 2013 21:37 - Poprawiony sobota, 11 stycznia 2014 22:20

Kochani, żadna dobra kuchnia nie może obyć się bez ziół. Stąd też zaczynamy prezentację tych nie tylko najbardziej popularnych, ale również zapomnianych i mniej znanych. Chcemy Wam uświadomić ich lecznicze i zbawienne dla organizmu właściwości, o których często nie mamy pojęcia. Ziołowe szaleństwo w **qchniaON** otwiera dama zwana Bazylia!

Słodka Bazylia zwana też zieleń miłości :)

Kojarzona z kuchnią włoską. Używana głównie z myślą o podkreśleniu smaku i zapachu. Ale czy jej niesamowite właściwości lecznicze są Wam znane? Jeśli nie, to najwyższy czas je poznać i włączać te niebiańsko pachnące listki do diety naszych rodzin. Również w potrawach miksowanych, przecieranych czy rozgniatanych widelcem dla naszych ?podopiecznych?.



fot. Karol Łukasiewicz

Bogata w witaminę K, A, beta karoten i żelazo. Dodatkowo posiada właściwości:

- wzmacniające;
- przeciwzapalne;
- ściągające;
- przeciwbólowe;
- antybakteryjne;
- pobudzające;
- relaksujące;
- przeciwgorączkowe;
- wspomagające standardowe formy leczenia;
- oczyszczające organizm.

Pomaga w leczeniu wzdęć, problemów z nerkami, nudności, migren, kaszlu, gorączki. Chroni serce, poprawia krążenie, oczyszcza krew, pomaga w regulacji poziomu cukru, wspomaga układ odpornościowy.

Sporo tych zalet ma bazylia, prawda?

A teraz kilka ciekawostek:

Doniczki z bazylia stojące na balkonie mają moc odpędzania niechcianych owadów. Podobno urosła przy grobie Chrystusa, odpędzała demony, zachęcała do zmiany stanu cywilnego. Można powiedzieć, że bazylia jest zieleń miłości. Potężnym afrodyzjakiem.

Ziołowa Dama - Bazylia

Dodany przez kasia

wtorek, 30 kwietnia 2013 21:37 - Poprawiony sobota, 11 stycznia 2014 22:20

Bazylię czci się na świecie jako święte zioło, szczególnie wśród Hindusów. Swoje początki ma na terenie Indii, Iranu.

Zachęcam do eksperymentów z zastosowaniem tego królewskiego zioła. Wszak *Basilicum* to po łacinie ? królewski. Ja nie rozstaję się z bazylią przez cały rok. Oczywiście w moich przepisach jej nie zabraknie.

Kasia Łukasiewicz