

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Owoc granatu eliksirem młodości



Owoc granatu to bogate źródło witamin. Powinny go spożywać zarówno kobiety w ciąży, jak i osoby cierpiące na cukrzycę lub nadciśnienie. Zanim naukowcy zaczęli wykazywać zdrowotne właściwości tego owocu, w Azerbejdżanie znany był od wieków.

"Granat jest bardzo popularnym owocem w Azerbejdżanie, głównie z powodu jego właściwości zdrowotnych. Pije się sok z granatów, przerabiamy go na kompoty, soki, sosy do ryb i mięs" - przyznaje Shahla Kazimova, prezes Stowarzyszenia Azerbejdżańskie Centrum Kultury.

Ostatnie badania udowodniły, że sok z granatu łagodzi stres, obniża łaknienie, a nawet działa odmładzająco. Dzięki tym właściwościom zyskał przydomek eliksiru młodości.

"Zanim naukowcy zaczęli rozpisywać się nad właściwościami granatów, w naszej tradycji był i jest on obecny od dawna. Sok z granatu podaje się kobietom w ciąży, osobom cierpiącym na niedokrwistość. Po jego owoce powinny sięgać także osoby cierpiące na nadciśnienie oraz cukrzycę. Jest również doskonałym środkiem łagodzącym problemy skórne" - wymienia Shahla Kazimova.

To, na co trzeba zwrócić szczególną uwagę, to kwaskowość granatu. W tym wypadku jak wyjaśnia Kazimova, im granat bardziej kwaśny tym lepszy.

"Granat musi być kwaśny. Błędem jest kupowanie słodkiego granatu. Dobry granat powinien być ciemny i kwaśny, bo wtedy mamy pewność, że zawiera on dużo kwasu cytrynowego" - wyjaśnia Shahla Kazimova.

Granatowiec właściwy to gatunek drzewa lub ciernistego krzewu należący do rodziny krwawnicowatych. Występuje na Bliskim Wschodzie, w Indiach, na wybrzeżu Morza Śródziemnego i w krajach Kaukazu. Jest to jedna z najstarszych roślin hodowlanych Bliskiego Wschodu. Owoce granatowca przypominające kształtem i wielkością duże jabłka, pokryte są twardą skórzastą łupiną barwy purpurowej, fioletowej, czasem brązowej albo białą czerwonawej. Zawierają po 400-700 tępo graniastych nasion. Nasiona otoczone są osnówkami, które mają galaretowatą konsystencję i są niezwykle soczyste, stanowią część jadalną owocu. Z nich otrzymuje się syrop zwany grenadyną.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21077.html>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

[Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

[System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...](#)

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy