

خواص دمنوش پوست پرتقال

مدت‌های مدیدی است که در طب سنتی از خواص درمانی این جوشانده برای تقویت سیستم ایمنی بدن و سیستم اعصاب استفاده می‌شود. دمنوش پوست پرتقال دارای خواص ضد میکروبی، ضد ویروسی، ضد باکتری و نیز ضد التهابی است. پوست پرتقال دارای بافتی چرمی شکل بوده و حاوی غدد روغنی فراوانی است و قرن‌های بسیاری است که از پوست این میوه و دیگر مرکبات در موارد پزشکی استفاده می‌شود. محققان می‌گویند پوست پرتقال مرکز تجمع بسیاری از خواص از جمله خواص آنتی‌اکسیدانی و آنزیم‌های اساسی است که در خود پرتقال کمتر وجود دارد. از پوست پرتقال برای مصارف آشپزی هم استفاده می‌شود.

از پوست خوش طعم این میوه در تهیه کیک‌ها و شیرینی‌جات و نیز نان‌ها و موارد و فولیک B1 و C بسیاری دیگر استفاده می‌شود. پوست پرتقال دارای ویتامین‌های: اسید، فلاونوئید، آلفاکاروتن و بتاکاروتن است. طرز تهیه دمنوش پرتقال حدود یک قاشق غذاخوری پوست درشت خرد شده پرتقال را درون آب تازه جوش بریزید و پس از ۱۵-۱۰ دقیقه آن را میل کنید.

- از دیگر خواص دمنوش پوست پرتقال می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

ممکن است از بروز سرطان و تومور پیشگیری و نیز با آن مقابله کند

- سرفه، آسم، سرماخوردگی و هر بیماری تنفسی که بر اثر وجود خلط در سینه • ممکن است به وجود آید را درمان می‌کند.

- اشتها را افزایش می‌دهد.

- باعث تقویت سیستم هاضمه شده و نیز نفخ و حالت تهوع را از بین می‌برد.

- سیستم گردش خون را بهبود می‌بخشد

استرس و تنش‌های عصبی را تسکین داده و بی‌خوابی را درمان می‌کند

