

Czas na zbiory! - zdrowie prosto z brzozy

Medycyna ludowa знаła ten sok od dawna. To prawdziwy napój zdrowia i właśnie teraz jest czas jego zbioru. Trzeba się spieszyć!

Sok brzozowy można kupić w sklepach ze zdrową żywnością, ale właśnie wczesna wiosna jest krótkim okresem, kiedy sami możemy ten płyn zebrać i korzystać z jego zdrowotnych właściwości.

Brzozy są drzewami pospolitymi. Spotkać je można niemal wszędzie - na działkach, w ogrodach, polach. Są nie tylko piękne, ale zawierają w sobie sok, który pomaga na wiele dolegliwości.

Z początkiem wiosny, kiedy drzewa dopiero budzą się do życia warto znaleźć odpowiednią brzozę i zebrać trochę jej soku.

Drzewo wykorzystywane do pozyskania soku powinno mieć obwód pnia (na wysokości ok. 1,3 metra) ponad 20 cm (nie mniejszy niż przedramię dorosłego mężczyzny), być zdrowe i rosnąć z dala od drogi.

Są dwa sposoby ściągania soku. Pierwszy polega na wykonaniu otworu w pniu. Ponieważ brzoza to drzewo dosyć twarde, najlepiej zaopatrzyć się w wiertarkę akumulatorową lub ręczną z ostrym wiertłem. W pniu na wysokości około 0,5 metra należy ostrą siekierką lub nożem usunąć mały fragment kory (3 cm x 3 cm). Potem wiertłem wywiercić w tym miejscu otwór o średnicy 1 cm, głęboki na około 3 cm (prostopadły do pnia).

W ten otwór należy wetknąć plastikową lub metalową rurkę, a pod spodem ustawić plastikową lub szklaną dużą butelkę, tak, by sok spływający rurką wlewał się do butelki. W ten sposób można w ciągu doby zebrać nawet 5 - 6 l soku.

Z jednego otworu zbieramy sok do momentu aż przestanie wypływać. Potem usuwamy rurkę i miejsce po niej smarujemy maścią ogrodniczą, aby nie dostał się tam grzyb.

Drugi sposób nie wymaga robienia otworu w pniu drzewa. Oстрым sektaorem należy uciąć gałąź drzewa. Przy miejscu ucięcia należy powiesić butelkę lub puszkę tak, by sok spływał do niej.

Ważne jest, by otwór butelki okleić taśmą, aby nie dostały się do jej wnętrza owady.

Zebrany sok można od razu pić, a nadmiar przechowywać w lodówce przez około 4 dni.

Ten, w sumie niewielki wysiłek, by pozyskać sok z brzozy naprawdę opłaca się, ponieważ brzozowy sok zawiera m.in. błyskawicznie przyswajalny cukier, kwasy organiczne (jabłkowy i cytrynowy), witamin z grupy B, witaminę C, liczne sole mineralne oraz potas, magnez, fosfor, wapń i żelazo. Dlatego dobrze go pić na wzmocnienie

odporności. Idealnie też regeneruje organizm po już przeżytym przeziębieniu. Reguluje też przemianę materii.

Co ciekawe, sok z brzozy w medycynie ludowej od lat uważany był również za lek zapobiegający powstawaniu raka, a szczególnie raka płuc. Powinni go więc pić palacze.

Ale przede wszystkim to energetyzujący, smaczny napój, całkowicie naturalny!

Zatem, jeśli mamy dostęp do drzew brzozy - właśnie ten okres początku wiosny jest idealnym czasem na zbiór soku. Na zdrowie!

(md)

Skomentuj to na FORUM DYSKUSYJNYM

Wydawca

lesko.net.pl

nie

portalu

ponosi

odpowiedzialności

za

treść

komentarzy

zamieszczanych

przez

użytkowników.

Osoby

zamieszczające

wypowiedzi

naruszające

prawo

lub

prawem

chronione

dobry

trzech

mogą

tego

odpowiedzialność

ponieść
tytułu

osób

z

karną

lub

cywilną.

REKLAMA:

Miejsce na twoją reklamę KONTAKT