

SLUPKY Z CIBULE

ĀšterĀ½, 05 leden 2016

CibuĀ¾u pouĀ¾ívame na prípravu takmer všetkých druhov jedál. ĀEo však urobíme pri jej spracovávaní ako prvé? OĀ•istíme ju a šupku jednoducho vyhodíme do koša. V skutoĀnosti však vyhadzujeme hotový poklad. Farbivo získané z cibuleĀových šupiek je 100% prírodné a na rozdiel od chemických farbív nášmu telu neškodí, práve naopak. Koniec koncov cibuleĀové šupky sa za úĀ•elom získania tohto farbiva pouĀ¾ívajú uĀ¾ od staroveku.

U nás je veĀ¾mi obĀ¾úbené napríklad farbenie vajĀ•ok pomocou cibuleĀových šupiek. Pri farbení sa postupuje tak, vajĀ•ka sa vloĀ¾ia do vody s cibuleĀovými šupkami a varia sa po dobu 20 minút – prípadne dobu varenia upravujeme podľa toho, aký odtieĀ chceme získaĀ. Rovnako sa cibuleĀová šupka pridáva do obĀ¾úbených poliev a vývarov, aby získali typickú farbu. Krásne a zdravé vlasy V cibuleĀových šupkách sa ukrýva aj tajomstvo krásnych vlasov. Odvar pripravený z cibuleĀových šupiek posilĀuje vlasovú štruktúru, dodáva lesk a podĀiarkuje prirodzenú krásu vlasov. StaĀí, ak si po umytí vlasy prepláchnete vlaĀ¾ným odvarom z cibuleĀových šupiek. Dokonca, ešte dnes sa môĀ¾eme stretnúĀ s farbením vlasov pomocou cibuleĀových šupiek, ktoré sa tešilo veĀ¾kej obĀ¾ube v Európe najmä koncom 19 storoĀia. Ide o nielen bezpečnú alternatívu chemických farieb na vlasy, ale takéto farbenie vlasom dokonca prospieva. CibuleĀové šupky poskytujú pestrú paletu farieb poĀ•núc od tmavších odtieĀov cez Ā•ervené Āi svetlešie odtiene. Výsledná farba závisí od dĀ¾ky luhovania druhu cibule, z ktorej šupky pochádzajú ako aj od bylinných prímiesí. Bronchitída Vývar z cibuleĀových šupiek je vynikajúcim pomocníkom v prípade akútneho zápalu priedušiek. Výrazne napomáha vykašliavaniu, preĀisĀuje dýchacie cesty a poskytuje úĀ¾avu od bolestivého kašĀa. Rovnako uĀ¾itoĀné sú aj obklady z cibuleĀových šupiek. StaĀí naplniĀ pohár vriacou vodou a nechaĀ v Āom šupky lúhovaĀ pribliĀne 15 minút. Potom ich vyberieme, preloĀíme na gázu a jemne prilóĀíme na hrudník. Obklad je výborným doplnkom lieĀby akútnych zápalov a je vhodné opakovaĀ ho 3 x denne po dobu pol hodiny. Za Āo vĀaĀí cibuleĀová šupka svojim lieĀivým úĀ•inkom? Môže to vysoký obsah éterických olejov, ktoré sa z celej cibule najviac koncentrujú práve v šupke. Tieto veĀ¾mi priaznivo pôsobia na dýchacie cesty. LieĀivý úĀ•inok podĀiarkuje aj vysoký obsah kyseliny jantárovej, citrónovej a jablĀ•nej. Prechladnutie a chrípka SkutoĀne silný liek proti prechladnutiu a chrípke získame tak, Ā¾e malú cibuleĀu aj so šupkou nakrájame na plátky a spolu s plátkami zázvoru zalejeme vriacou vodou. Necháme lúhovaĀ, pridáme trošku soli a precedíme. Pijeme ako teplý Āaj. Opuchy a rany UĀ¾ naše babiĀky vedeli, Ā¾e menš opuchy a hnisavé ranky sa vynikajúco hoja pomocou cibuleĀových šupiek. StaĀí tieto miesta dôkladne vyĀistiĀ a potom na ne prikladaĀ cibuleĀové šupky, ktoré sme predtým namoĀili v horúcej vode. CibuleĀová šupka má silné antibakteriálne úĀ•inky. Ochorenia obliĀiek a moĀ•ového mechúra CibuleĀa ako taká bola oddávna pouĀ¾ívaná na lieĀenie problémov s obliĀkami a moĀ•ovým mechúrom. MôĀ¾u za to najmä jej moĀ•opudné a antibakteriálne úĀ•inky. Ve ste však, Ā¾e pri lieĀbe vám pomôĀ¾e aj cibuleĀová šupka? ÚĀ•inný je vývar z cibuleĀových šupiek, ktorého pripravíme tak, Ā¾e šupky najmeno rozdrobíme a pribliĀne 3 Āajové lyĀ¾ice tejto drti zalejeme dvomi šálkami vriacej vody. Po 30 minútach varenia máme lieĀivý roztok, z ktorého uĀ¾ívame 1 lyĀ¾icu cca 3x denne. Zápal ústnej dutiny Zápal ústnej dutiny nás dokáĀ¾u poriadne potrápiĀ. Aj tu však môĀ¾e pomôcĀ cibuleĀová šupka. Šupka pôsobí antibakteriálne a zároveň dokáĀ¾e zmierĀovaĀ nepríjemné opuchy. Je preto vynikajúcou doplnkovou lieĀbou, ktorá podporuje rýchly ústup zápalu. CibuleĀovú šupku opäĀ vyvarte vo vode a týmto vývarom si niekoľkokrát denne vyplachujte ústnu dutinu. Ochorenia koĀ¾e Bradavice, drobné ranky, pleseĀ na nohách alebo podráĀená pokožka. OpäĀ sa oplatí vsadiĀ na silu prírody ukrytú v zlatistých cibuleĀových šupkách. Zmiešajte drvené cibuleĀové šupky s vazelinovou lekárskou v pomere 2 : 3 a zmes aplikujte na postihnuté miesta 2 x denne. Zmes uchováajte na chladnom mieste. KĀ•ové Āily a unavené chodidlá Zmiešajte 2-3 lyĀ¾ice drvených cibuleĀových šupiek s 2 lyĀ¾icami olivového oleja. Premiešajte a nechajte 10 dní odstáĀ. Získate vynikajúcu emulziu na masáĀ nŕh a unavených chodidiel. Emulziu jemne vmasírujte do problematických a unavených oblastí. Nádcha Ak sa chcete zbaviĀ nádchy spôsobenej alergiou alebo prechladnutím skutoĀne expresne rýchlo a nemáte po ruke nosový sprej, opäĀ vám pomôĀ¾e cibuleĀová šupka. StaĀí, ak 4 lyĀ¾ice drvenej cibuleĀovej šupky zalejeme vriacou vodou a napaľujeme sa prikrytí uterákom po dobu 3-4 minút. Na skutoĀne silnú nádchu pouĀ¾ijeme menšiu cibuleĀu, ktorú spolu so šupkou nakrájame nadrobno a zalejeme cca litrom vriacej vody. Potom vdychujeme výpary cca 10 minút. PosilĀuje imunitu Táto vlastnosť cibuleĀových šupiek sa nám v sychravom jesennom poĀasí urĀite bude hodiĀ, pretoĀ¾e nám môĀ¾e pomôcĀ predchádzaĀ mnohým nepríjemným chorobám. StaĀí ak si niekoľko lyĀ¾ic lieĀivého vývaru z cibuleĀových šupiek budeme pravidelne pridávaĀ do citrónových bylinkových Āi zázvorových Āajov. Vývar posilĀuje lieĀivé úĀ•inky Āajov a prispieva tak k lepšej obranyschopnosti nášho organizmu. zdroj:allsimple.cc