

[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>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

[Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

[Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

[Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

[Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy