

[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 białoczerwonej. 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

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



12-05-2026

[Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

[Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

[Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

[Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...](#)

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

[Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#)

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

[Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

[Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży](#)

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy