

نعنا

دانستنی‌های مفید برای فروش



مقدمه:

نعناع گیاهی است که طبع گرم و خشک داشته و دارای خواص فراوان دارویی است. مصرف آن به اشکال مختلف از جمله تازه، خشک‌شده، دم‌نوش، اسانس، دم‌کرده، پودر و... امکان‌پذیر است. نعناع یک گیاه بسیار معطر و با طراوتی است که به‌طور گسترده در آشپزی و در صنایع غذایی و آرایشی بهداشتی کاربرد فراوانی دارد. در اساطیر یونانی، نعناع به‌عنوان گیاه مهمان‌نوازی شناخته می‌شود. نعناع که عموماً به پوندیا در هند معروف است، به‌طور گسترده در غذاهای خاورمیانه‌ای، هندی، انگلیسی و آمریکایی به شکل چای، نوشیدنی، دم‌نوش، آب‌نبات، ژله، شربت، بستنی و غیره استفاده می‌شود. برگ‌های نعناع دارای بالاترین مقدار آنتی‌اکسیدان نسبت به سایر گیاهان موجود است. روغن نعناع شامل اسیدهای فنولیک، فیتوسترون، ساپونین‌ها، تریترپین‌ها، فلانوئیدها، کاروتنوئید، آنتوسیانین‌ها و غیره است که به‌طور گسترده برای مصارف مختلفی استفاده می‌شود. مهم‌ترین خاصیت دم‌نوش نعناع، تأثیر آن بر دردهای دستگاه گوارش شامل درد معده، روده، نفخ، دل‌پیچه، تهوع و اسهال است.

موارد مصرف:

- هضم آسان غذا
- ایجاد شادی و طراوت
- تقویت پوست و مو
- از بین بردن بوی بددهان
- از بین بردن سردرد و میگرن
- بهبود بیماری‌های تنفسی
- پیشگیری از مشکلات معده
- ضدسرطان
- تقویت سیستم ایمنی بدن
- کمک به کاهش وزن

اقدامات احتیاطی و مضرات:

افرادی که دارای سابقه سقط جنین هستند در دوران بارداری از مصرف نعناع اجتناب ورزند. نعناع با تمام فوایدی که دارد، اگر زیاد مصرف شود سیستم گوارشی را تحریک می‌کند. لذا اگر شما روزی دو تا سه فنجان دم کرده نعنا می‌نوشید، بهتر است بعد از دو هفته نوشیدن، چند روزی مصرف آن را قطع کرده و دوباره شروع کنید. در صورت ابتلا به رفلاکس معده از مصرف نعناع خودداری کنید. افراد مبتلا به سنگ صفرا قبل از مصرف نعناع با پزشک خود مشورت کنند. استفاده از روغن نعناع روی پوست صورت نوزادان و کودکان منجر به تشنج و خفگی می‌شود.

شرایط و نحوه نگهداری:

بهتر است نعناع خشک را درون ظروف درب داری نگهداری شود تا رایحه و طعم خوش آن حفظ شود.

ویترین
مارکت™



دریافت مشاوره خرید و استعلام قیمت

مشتاق همراهی با کسب و کار شما هستیم

۰۲۱۲۲۹۸۶۳۵۶ | ۰۲۱۲۸۴۲۷۰۳۵ | ۰۹۱۲۴۳۵۷۰۳۵