

"بیاید با طبیعت آشتی کنیم"

زولبیا و بامیه	خرما و کشمش
سرطان زایی دارد	خواص ضد سرطانی دارد
ایجاد تصلب شریانی و بیماریهای قلبی و افزایش چربی خون	خواص ضد تنگی عروق
دفع آب بدن و افزایش تولید سنگ های کلیه	دارای فیبر زیاد و نگهدارنده مایعات در بدن
اختلال در سیستم عصبی به علت حذف ویتامینهای ب	بدلیل وجود ویتامینهای گروه ب مفید برای سیستم عصبی
تضعیف کننده سیستم ایمنی بدن	تقویت کننده سیستم دفاعی بدن بدلیل وجود ویتامینهای آ و ث
خواص رادیکال زایی دارد	خواص آنتی اکسیدانی دارد
روغن هیدروژنه مضر	روغنهای گیاهی مفید
روغن جامد با ترانس بالا و مضر	اسیدهای چرب امگا و مفید
عاری از هرگونه ریز مغذی مفید	دارای آهن، کلسیم، پتاسیم، فسفر و فولیک اسید
دارای قند مصنوعی مضر (شکر)	دارای قند طبیعی مفید (فروکتوز)
دارای رنگهای مضر و غیرمجاز	فاقد رنگهای مصنوعی و مضر

استفاده مکرر از روغنهای سیاه و مانده برای سرخ کردن زولبیا و بامیه از روشهای غیربهداشتی تهیه این شیرینی بوده که این روش از عوامل ایجاد سرطان شناخته شده است. در تهیه زولبیا و بامیه مخصوصا نوع زعفرانی آن از رنگهای مصنوعی، زعفرانهای تقلبی و گیاهان گل رنگ نیز استفاده می کنند.

اطلاع رسانی کلینیک تخصصی طبیعی درمانی دکتر فهیمی