

Βασιλικός πολτός: γιατί και πώς ωφελεί την υγεία μας;

/ Ε



Πολλά λέγονται και

γράφονται για την ευεργετική επίδραση του βασιλικού πολτού στην υγεία. Και πράγματι, το θαυματουργό αυτό μείγμα φαίνεται πως ωφελεί ιδιαίτερα τους καταπονημένους-και όχι μόνο οργανισμούς. Δείτε γιατί.

Ο Βασιλικός πολτός, αποτελείται κατά το 67% σε νερό, 15.5 % σε πρωτεΐνη, 12.5 % σε σάκχαρα και 4% σε λιπίδια και μεταλλικά άλατα. Η πρωτεΐνη, παρέχει όλα τα απαραίτητα αμινοξέα σε επαρκείς αναλογίες. Τα σάκχαρα αποτελούνται κυρίως από φρουκτόζη και γλυκόζη σε σχετικά σταθερή αναλογία, όμοια με του μελιού. Η αναλογία λιπιδίων, είναι ένα σπουδαίο και πολύ ενδιαφέρον χαρακτηριστικό του βασιλικού πολτού. Τα λιπίδια αποτελούνται κυρίως από λιπαρά οξέα σε ασυνήθιστη και σπάνια δομή, κυριότερο το υδροξυτρανσδεκενοϊκό οξύ που έχει αντιβακτηριδιακές και μυκητοκτόνες ιδιότητες.

[\(περισσότερα...\)](#)