

## Σαλέπι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτο:[laspistasteria.wordpress.com](http://laspistasteria.wordpress.com)

Το Σαλέπι είναι ένα ρόφημα που παράγεται από την σκόνη των βολβών της άγριας ορχιδέας.

Συστατικά: περιέχει αραβίνη, τραγακανθίνη, πολύ άμυλο και πολύτιμα μεταλλικά άλατα: φώσφορο και ασβέστιο. Περιέχει μια κολλώδη ουσία, την βασσαρίνη, που όταν βράσει με νερό, δίνει αυτό το άριστο μαλακτικό κατά του βήχα και όλων των παθήσεων του θώρακα, αλλά και του στομάχου και των εντέρων.

Υπάρχουν μαρτυρίες για ασθενείς από βαριάς μορφής δυσεντερίες, χωρίς ελπίδα να επιζήσουν, αφού δε μπορούσαν να κρατηθούν στη ζωή, πίνοντας καφέ με σάλεπι. Οκίμασαν να έζησαν, αλλά



σταδιακά ανάρρωσαν τελείως!

Θεραπευτικές ιδιότητες: Θερμαντικό, (εξαιτίας και των μπαχαρικών που συνήθως περιέχει), προληπτικό του κρυολογήματος και της γρίπης, φτιάχνει το κρυωμένο στομάχι. Καταπραΰνει τα νεύρα, διώχνει το άγχος και την κούραση, χαρίζοντας ευεξία και εγρήγορση ταυτόχρονα. Βοηθά εξασθενημένους από αρρώστιες οργανισμούς να ανακάμψουν και να αναρρώσουν γρηγορότερα. μαλακτικό κατά του βήχα και όλων των παθήσεων του θώρακα, αλλά και του στομάχου και των εντέρων.

Προσοχή μόνο, διότι οι περισσότερες “σκόνες” που πουλιούνται συσκευασμένες στην αγορά με την ετικέτα σαλέπι δεν είναι σαλέπι αλλά μείγμα αλευριού, μπαχαρικών με σαλέπι!

Οι τονωτικές και αφροδισιακές του ιδιότητες εντείνονται χάρη στην προσθήκη και των μυρωδικών (κανέλας, γαρύφαλλου, πιπερόριζας). Στις ορχιδέες αυτές και στις θεραπευτικές ιδιότητες του αναφέρεται και ο Ιπποκράτης, ο Ασκληπιός, ο Θεόφραστος, αλλά και ο Γαληνός.

Προπαρασκευή για τους βολβούς: Οι κόνδυλοι αρχικά βρέχονται με ζεματιστό νερό για να απομακρυνθεί το αιθέριο έλαιο που περιέχουν και το οποίο αν παραμείνει, προσδίδει στο σαλέπι γεύση πικρή και δυσάρεστη. Στη συνέχεια αποξηραίνεται και αλέθεται.

Αφέψημα: Με το πίσω μέρος του κουταλιού παίρνουμε μια πρέζα σαλέπι σε νερό χλιαρό προς το ζεστό. Ανακατεύουμε καλά για να μη σβολιάσει και το βάζουμε στη φωτιά. Περιμένουμε ώσπου να φουσκώσει όπως με τον ελληνικό καφέ. Γλυκαίνουμε με ζάχαρη ή μέλι και αρωματίζουμε με κανέλα, γαρίφαλο ή πιπερόριζα.

**Πηγή:** [alekati.gr](http://alekati.gr)