

Μουστάρδα η πολυχρηστική!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η μουστάρδα δεν είναι μόνο

για τα μπιφτέκια και τα χοτ ντογκ. Γνωρίζατε ότι μπορεί να ανακουφίσει τον πόνο στην πλάτη!

Αυτό το ξέρατε;

Οι Αρχαίοι Ρωμαίοι έφεραν τη μουστάρδα από την Αίγυπτο και χρησιμοποιούσαν τους σπόρους για να αρωματίζουν το χυμό από σταφύλι που τον ονόμαζαν «must». Έτσι πιστεύεται ότι πήρε το όνομα της η μουστάρδα.

Απαλύνετε τους πόνους της πλάτης

Κάντε ένα μπάνιο σε κίτρινη μουστάρδα για να απαλλαγείτε από τους πόνους στην πλάτη, αλλά και τους πόνους της αρθρίτιδας. Απλά ρίξτε μια τακτική 175 - 240ml μουστάρδα μέσα στο ζεστό νερό ου θα γεμίσετε την μπανιέρα. Ανακατέψτε καλά και μείνετε μέσα στο νερό για 15 λεπτά. Αν δεν έχετε χρόνο για μπάνιο μπορείτε

να τρίψετε τη μουστάρδα άμεσα στις πληγείσες περιοχές. Χρησιμοποιείτε μόνο ήπια κίτρινη μουστάρδα και φροντίστε να την δοκιμάσετε σε μια μικρή περιοχή. Η αδιάλυτη μουστάρδα μπορεί να ερεθίσει το δέρμα σας.

Χρησιμοποιήστε τη για να ανακουφιστείτε από το κρύωμα
ρίψτε το στήθος σας με παρασκευασμένη μουστάρδα, ενυδατώστε μια πετσέτα σε ζεστό νερό, στύψτε τη, και τοποθετήστε τη πάνω από τη μουστάρδα.

Κάντε μια μάσκα προσώπου

Βάλτε στο πρόσωπό σας λίγη ήπια κίτρινη μουστάρδα για να χαλαρώσει και να τονώσει την επιδερμίδα σας. Δοκιμάστε το σε μια μικρή περιοχή για να βεβαιωθείτε ότι δεν θα είναι ερεθιστικό.

Πηγή: neadiatrofis.gr