

Cate o reteta pentru fiecare zi din Postul Pastelui – 48 de feluri de mancare de post

Intre 14 martie si 30 aprilie are loc Postul Pastelui, cel mai lung post din calendarul crestin-ortodox.

In total sunt 48 de zile in care se tine post, asa ca va puteti da seama ca nu este o misiune prea usoara pentru nimeni. Mai ales ca in aceasta perioada credinciosii nu au voie sa manance produse de origine animala si, chiar si cu alimentele vegetale, nu trebuie sa fie lacomi, ci cumpatati.

In acelasi timp, acest lung post este si o ocazie de a consuma alimente cat mai sanatoase si de a face o cura de detoxifiere.

Insa, scaderea aportului de proteine si grasimi de origine animala pot face ca organismul sa aiba nevoie de mai multe mese pe zi.

De aceea, ne-am gandit ca n-ar fi rau sa strangem aici destule retete cat sa va ajunga pentru tot postul, in fiecare zi putand incerca cate una sau diverse combinatii. Le-am organizat pe supe/ciorbe, feluri principale, salate, gustari si deserturi.

Iata cele 48 de retete de post pe care vi le propunem:

Supe / ciorbe:

1. Supa de rosii cu galuste



2. Ciorba de sfecla de post



3. Supa de sparanghe cu crutoane



4. Supa de legume



5. Supa crema de legume cu crutoane picante



6. Supa de chimen cu crutoane



7. Ciorba de fasole



8. Supa de dovlecei umpluti



9. Ciorba de leurda



10. Ciorba de stevie



Feluri principale:

11. Fasole verde cu usturoi



12. Parjolute de post



13. Sarmalute de post cu ciuperci



14. Pizza de post



15. Ardei umpluti de post



16. Paste cu ciuperci



17. Mancare de mazare de post



18. Mancare de dovlecei



19. Fasole scazuta cu pastai proaspete



20. Chiftelute din naut si legume



Gustari:

21. Crema de fasole uscata



22. Ciuperci umplute



23. Clatite cu vinete



24. Chiftele din dovlecei



25. Vinete pane



26. Mic dejun arab



27. Cornuri cu seminte



28. Ciuperci pane



29. Lipii de post



30. Telina cu maioneza de post



Salate consistente:

31. Salata de conopida si ceapa rosie



32. Mujaddara



33. Burgur cu vinete si ardei



34. Salata de post cu fasole rosie



35. Orez de post



36. Salata bulgareasca de post



37. Salata de sfecla cu ciuperci



Deserturi:

38. Trufe de post



39. Mini tarte cu sos de cacao si banane



40. Chec cu cacao



41. Diplomat de post



42. Prajitura de post cu foi, gem si crema de gris caramel



43. Negresa de post, fara zahar



44. Tarta cu gutui si dovleac



45. Clatite cu mere si nuca



46. Mucenici de post



47. Negresa cu gem si nuca



48. Tort cu visine si banane



Sursa foto: psychologies.ro

Sursa articol: gustos.ro

Tăieri de primăvară la vița de vie: reguli de aur pentru a obține o recoltă bogată în toamnă

La vița de vie, tăierea coardelor de prisos se face primăvara timpuriu, înainte de umflarea mugurilor (pornirea în vegetație). Se știe că lăsată liberă fără a se interveni prin tăiere, vița de vie, o liană, sub influența polarității manifestă tendința de a-și ridica de la an la an vegetația către vârf, degarnisindu-se la bază.

Sunt sisteme diferite de tăieri, adaptate la timpul de plantație, la felul cum sunt conduse coardele

Spre exemplu în **plantațiile clasice**, cu butuci deși (distanțele de plantare 1,5 – 2 m), în care vițele sunt susținute pe araci sau spalier cu 3-4 sârme, se practică tăierea tipică „în verigi de rod”. Veriga de rod este alcătuită din cuplul cep + coardă. La un butuc în plin rod (vârsta 5-6 ani) se lasă 2-3 cepi cu câte 2-3 ochi fiecare și 3-4 coarde cu câte 10-12 ochi viabili fiecare. Cepii se lasă din lemnul tânăr, crescut direct din butuc și trebuie să fie situați cât mai jos și dacă se poate orientați pe direcția rândului. Cepul cu 2-3 ochi trebuie să aibă o lungime de maxim 8-10 cm, pentru a nu se ridica prea mult „scaunul” butucului.

Coardele de rod se lasă în funcție de vigoarea butucului și potențialul productiv. La un butuc în plin rod sunt suficienți 50-60 ochi care se obțin din 4 coarde cu câte 12-15 ochi sau 3 coarde cu câte 16-18 ochi fiecare. Tăietura, atât la cepi cât și la coarde, se execută „pe diafragmă”, adică prin mijlocul unui mugure pentru ca scurgerile de sevă să fie cât mai mici.

Principiul de bază care se are în vedere la tăierea viței de vie este că strugurele se formează pe lăstar de un an, crescut pe lemn în vârstă de doi ani. Deci, din ochii aflați pe butuc vor ieși lăstarii care în anul viitor vor fi cepi. Prin tăiere se lasă acești cepi la 2-3 ochi și din aceștia vor da lăstari care constituie viitoarele coarde. Pe lăstarii dați din ochii acestor coarde se vor forma strugurii. De reținut ideea că cepii se lasă din lemnul crescut direct din butuc. În lipsa cepilor din anul trecut se lasă coarde de tip „bici” și „călăraș” pe lemn vechi. Această situație trebuie să fie numai pentru 1-2 ani, deoarece conduce la aspectul de „corcănire” (coarde bătrâne);

La vițele conduse pe spalier, dar sub formă înaltă – cordon bilateral sau cap înălțat – se practică o tăiere scurtă, adică pe fiecare cordon se lasă verigi de rod alcătuite din cepi la 1-2 ochi și cordițe la 5-6 ochi. Sarcina de rod se apreciază în funcție de vigoarea butucului și poate fi de 50-60 ochi pe butuc.

Reguli generale de care se ține seama la executarea tăierilor

-La tăiere se lasă coarde de rod care au o grosime cuprinsă între 6 și 12 mm la care fertilitatea potențială a mugurilor este mai mare;

-Scurtarea coardelor se va face imediat deasupra ochiului pentru a reduce cât mai mult pierderile de sevă brută;

-Scurtarea prin internod lasă o porțiune mai lungă deasupra ochiului care se va usca și va deveni un bun adăpost pentru boli și dăunători;

-În fiecare an tăierile trebuie să fie executate numai pe o singură parte a lemnului multianual pentru a evita crearea de obstacole în calea circulației normale a sevei aceasta circulând doar pe partea sănătoasă lipsită de răni;

– Suprimarea coardelor se face la 2-3 mm deasupra punctelor de

insertie;

-Cepul de înlocuire trebuie să se găsească în poziție inferioară față de coarda de rod cât mai aproape de lemnul multianual ;

-Trebuie evitate tăieturile fără rost iar rănilor care rezultă trebuie să aibă o suprafață cât mai mică.

Pentru informații complete privind toate tipurile de tăieri la viță de vie, puteți descărca un material în format PDF accesibil la acest LINK – Tăieri viță de vie.pdf

Sursa: agrointel.ro

Afla de ce magneziul este cel mai puternic mineral pentru relaxare

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Un nivel deficitar al acestui nutrient dubleaza riscul de deces, avertizeaza un studiu publicat in Jurnalul Medical de Terapie Intensiva. De asemenea, te predispune la o serie lunga de simptome si boli, dar aceste probleme sunt usor de vindecat prin simpla reintroducere in alimentatie a acestui nutrient. Per ansamblu, acest nutrient este in multe cazuri una dintre

armele secrete impotriva bolilor. Din pacate, insa, prea putini oameni cunosc acest lucru, si nu il consuma in cantitatile necesare. CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

16 Tips And Tricks To Make You A Better Cook In The Kitchen

Most of us learned our skills in the kitchen from watching other people. This means that every bad habit, every incorrect assumption, and every misinformation that they cooked under was passed on to you and you unassumingly adapted it, thinking it was right. Don't worry! I'm about to clear it all up for you. From ways to cook that you have never even heard of, to things you're (probably) doing wrong, I'm about to lay it all out for you. Your chef skills are about to be sharpened. I hope you're ready for this.

Share this article with the cooks and bakers in your life!

1. Stewed beef shouldn't be cooking ALL day

There is this idea that the longer the beef cooks, the better it will be. This is false. The meat actually breaks down and dries out when it's cooked too long. For the best meat, you should actually check in on what's happening when 80% of the cooking time is up.



via Serious Eats

2. Perfect pasta starts with cheese paste

While tomato sauce is delicious, and alfredo sauce is decadent, you're missing out on an amazingly perfect sauce because you have never tried this. This sounds like crazy talk, but by grating cheese (parmesan and romano), add in pepper, and a small amount of cold water, you can make a cheese paste. This cheese paste, combined with the salted pasta water, ends up making this wonderful cheese sauce that is going to become one of your favorite ways to eat pasta once you try it.



via Shane Ferro / Business Insider

3. The perfect turkey isn't complicated

To brine or not to brine. Slow cooker? Roasting pan? Secret spice rub? Basting? Don't baste? People have strong opinions on what makes the best turkey. BUT if you just strip it down to the basics, here is the perfect uncomplicated way to cook a turkey.



via Emma Christensen / The Kitchn

4. If you're not par-cooking your filling, you're not making your apple pie

correctly

Okay, so I know that this goes against what SEEMS right, but par-cooking your filling will actually ensure that your apples don't turn to mush when you bake them. Because, science.



via Serious Eats

5. Cornstarch for crispy sweet potato fries

If you've been trying to make crispy sweet potato fries in the oven like you would with normal potatoes, you're doing it wrong. You actually need to coat them in cornstarch before you toss them in your seasoning and olive oil.



via Layers of Happiness

6. Creaming your butter and sugar isn't a suggestion

Since we're such a busy society, we've learned to cut corners when it comes to a lot of things in order to save time. Well, when it comes to baking cookies, that "cream butter and sugar" step isn't a suggestion—it's a commandment. Creaming butter and sugar helps with the leavening of a cookie. It incorporates air pockets into the mixture. It's going to help you achieve those thick, chewy cookies that you're craving. Make sure that you cream for five minutes, that you scrape down the sides of the bowl as you go, and that your butter isn't too warm.



via **Serious Eats**

7. Stop over-mixing your pancakes

Pancake batter should be lumpy. If you mix it smooth, you're actually in for a denser, chewier pancake. By keeping lumps in your batter, you're ensuring the opportunity for light and fluffy pancakes.



via **The Kitchn**

8. Hard boil your eggs perfectly every time

Making hard boiled eggs does not have to be a guessing game. Here are the steps to perfectly hard boiled eggs every time:

Put your eggs into the pot and add cold water (if you add vinegar to help with the peeling, you can do so [here](#)). Bring your water to a boil. Turn off the burner and put a lid on the pot. Wait for 10-12 minutes. You're done! They are now cooked.



via **Simply Recipes**

9. Swap cream cheese for the condensed milk in pumpkin pie

Soggy crusts and grainy texture are common problems when it comes to pumpkin pie. You can easily change this. Swapping out the sweetened condensed milk for cream cheese will ensure a smooth texture and will keep your crust flaky. It also will

enhance your pumpkin flavor.



via **Serious Eats**

10. For a baked potato that is going to change your life, it all starts with how you cut it

This is basically like a blooming onion but a potato version and it's perfect.



via **The Gunny Sack**

11. Stop rushing your scrambled eggs

The secret ingredient to scrambled eggs? Patience. The biggest mistakes people make is not putting enough time into whisking them before cooking, adding too much milk, and rushing the process by cooking with too high of heat.



via flickr / **Hamburger Helper**

12. You're not roasting your veggies...you're baking them

Technically if you're roasting your veggies at a temperature less than 500° then you're baking them, not roasting them. Get that heat up high. Also remember that veggies like potatoes that are denser should be cut smaller. Also give your veggies

a ton of space. Crowding them will cause steaming, rather than roasting.



via SheKnows

13. Touch your meat

The best way to know if your steak is done is with a thermometer, but if you don't have one, your hand will work just fine. If your hand is open and you touch the fleshy part under your thumb, that's how rare meat should feel. When you touch your thumb to your pointer finger and press the fleshy part, that is how medium-rare steak should feel. As you move down your fingers, it increases the steak doneness. See thecomplete list here.



via Simply Happiness

14. If you're not heating your pan, then what are you doing with your life?

If you're putting food into a cold pan, then you're doing it wrong. Have you ever even watched a cooking show? They heat their pans before they even start chopping to ensure that the pan is hot enough by the time it comes to add their ingredients.



via Oola

15. Fluffy rice isn't reserved for rice

cookers

The first thing you're probably doing wrong is not rinsing your rice. You have to rise off the starch. Basically, once you see the water run clear, you're good to go. Then don't stir the rice. Just leave it alone and let it do its thing. Stirring releases starches.



via flickr / hansikkorea

16. Jalapeno hotness levels

Ever notice that you might try a jalapeno one time and it barely has any heat at all and then the next one you try is making your eyes water? There is a trick to help you choose ones that are more suited to your heat levels. As they age they get little stretch mark type lines down them. The more stretch marks, the hotter they are.



viaSimply Recipes

Know of something else people have been cooking wrong? **Comment below!**

Main image via The Gunny Sack

Collage images via 1. The Gunny Sack 2. Serious Eats 3. Simply Happiness

Sursa: peacefulcentury.net

Gordon Ramsay Teaches You How To Master 5 Basic Cooking Skills

Sursa video: [youtube.com](https://www.youtube.com)

Cum instalezi aplicații pe card în Android sau le muți ulterior

Dacă sunteți utilizatori de Android, este aproape inevitabil ca la un moment dat nu să rămâneți fără spațiu, dar prin câțiva pași simpli, puteți instala aplicații pe card.

Cu cât smartphone-urile și tabletele au început să ocupe un rol mai important în viața noastră cu atât problema spațiului de stocare a devenit una mai arzătoare. Să nu mai faceți atât de multe poze sau să le mutați regulat pe PC sau în cloud este o soluție la problemă, dar cu programele instalate nu este la fel de simplu. Din acest motiv, cel mai bine ar fi să vă instalați aplicații sau, eventual, să le mutați acolo în caz de nevoie. Este adevărat că există un număr din ce în ce mai mare de terminale fără un slot pentru carduri microSD, dar mult mai multe încorporează această posibilitate de extindere a capacității de stocare.

Pentru a instala sau a muta aplicații pe card, există mai multe scenarii posibile pe care le puteți avea în vedere. Unele dintre ele variază în funcție de versiunea de firmware pe care o aveți instalată în momentul de față, altele iau în calcul restricțiile impuse de dezvoltatori. În mare parte, cam orice program poate să ajungă în definitiv pe card, dar nu toate. În plus, și foarte important, este că, aproape de fiecare dată, un program ce rulează de pe card va fi mai lent decât de pe memoria internă. Ca urmare, ar fi bine să folosiți această soluție doar pentru programele pe care nu le rulați foarte des sau cele care nu sunt influențate neapărat de performanța mediului de stocare de pe care sunt rulate. 

Cum instalezi aplicații pe card în Android 6.0 Marshmallow

Transformarea unui card microSD în mediu de stocare intern este un concept nou introdus de Google în Android 6.0. Această soluție este diferită față de modul tradițional de a folosi carduri în tandem cu un telefon sau o tabletă din mai multe puncte de vedere pe care ar fi bine să le aveți în vedere înainte să treceți mai departe.

Până la Marshmallow, singurul mod implicit în care ați fi putut să folosiți un card împreună cu un telefon era ca mediu de stocare portabil, pentru filme, muzică sau fotografii. Atunci, dacă aveți nevoie de spațiu, scoateți cardul din telefon, îl conectați la PC și mutați filmele sau pozele pentru a mai câștiga niște spațiu. În același mod, puteați foarte simplu să copiați ceva pe respectivul card de pe computer, dacă ați fi vrut să aveți pe telefon. În plus, scoaterea în mod aleatoriu a cardului din smartphone sau tabletă cu siguranță nu influența funcționarea aparatului.

Transformarea cardului SD în mediu de stocare intern obligă dispozitivul să-l recunoască ca spațiu de stocare pentru

aplicații și date generate de acele aplicații, pe lângă poze, muzică și filme. Din momentul în care ați făcut acest pas, orice aplicații pe card vor ajunge, dacă nu cumva dezvoltatorul interzice explicit acest lucru. Ca fapt divers, merită să știți că puteți muta aplicațiile de pe card în memoria internă a aparatului în orice moment, dacă vă doriți acest lucru sau sunteți convinși că s-ar mișca un pic mai sprinten.

Marea problemă cu transformarea unui card în memorie internă este că acela va trebui să rămână în permanență în telefon, nu va mai putea fi utilizat de nici un alt dispozitiv portabil sau PC, iar datele de pe el cu siguranță nu vor putea fi accesate decât de pe telefonul cu Android 6.0 în care s-a făcut transformarea. Mai mult decât atât, dacă veți scoate cardul, sunt șanse foarte mari să fie afectată buna funcționare a aparatului. Toate aceste restricții sunt cauzate de faptul că acel card este formatat cu sistemul de fișiere EXT4, specific sistemelor Linux, iar datele sunt criptate cu un algoritm AES pe 128 de biți, ca la final să fie montat de sistemul de operare ca parte componentă din el. Cel mai important aspect pe care trebuie să-l rețineți din toate aceste informații este că ar fi bine să faceți un backup al datelor de pe card înainte de inițierea acestui proces, pentru că vor fi șterse. În principiu, le veți putea pune înapoi după aceea, dar doar dacă veți conecta terminalul la un computer, nu doar card-ul. 

Din nou, insist, pentru ca acest proces să se desfășoare în condiții optime, să folosiți un card microSD cât se poate de sprinten. Clasă 10 cu suport UHS ar fi recomandat, dar chiar și dacă respectivii parametrii sunt menționați pe card, s-ar putea să fie lent și să afecteze buna funcționare a terminalului. Un principiu un pic mai arbitrar, dar la fel de valabil, este să achiziționați un card un pic mai scump de la un brand cunoscut, SanDisk, Kingston, Samsung, Sony, etc. În orice caz, asistentul de configurare inclus în sistemul de

operare va verifica performanța cardului și vă va cere o confirmare suplimentară în cazul în care s-ar putea să vă încetinească telefonul sau tableta.



Primii pași pentru a avea aplicații pe card în Android 6.0

În momentul în care ați conectat un card nou la telefon, este foarte probabil ca în partea de sus a ecranului să vedeți o notificare cu două opțiuni, Set up sau Eject. Dacă aceea nu apare din varii motive, veți fi nevoiți să mergeți în meniul Settings sau Configurări al aparatului la secțiunea Storage & USB și să optați pentru „Format as Internal.”

Un nou asistent de configurare va apărea pe ecran. La prima etapă, veți fi întrebați dacă doriți ca noul card să fie configurat ca mediu de stocare portabil sau intern. Diferențele dintre cele două le-am detaliat mai sus, iar în acest caz particular vom detalia scenariul în care ați bifat „Use as internal storage”. Prima dintre variante nu va facilita stocarea de aplicații pe card. O nouă notificare ce va fi afișată va funcționa ca un avertisment pentru a vă anunța că această alegere va face cardul respectiv să funcționeze doar în tandem cu acel telefon. Confirmați că sunteți de acord prin apăsarea butonului Erase & Format. În situația în care există niște aplicații instalate anterior pe card, vi se va cere o confirmare suplimentară deoarece, în mod evident, acelea vor fi de asemenea șterse. Apăsați pe Erase Anyway dacă știți despre ce este vorba sau See Apps, pentru a vedea ce aplicații vor fi afectate. Ultimul pas va implica formatarea și criptarea efectivă a cardului.



La final, pentru a eficientiza un pic procesul de eliberare a

spațiului de stocare, veți fi întrebați dacă vreți ca în acel moment să mutați majoritatea datelor ce pot fi transferate, din memoria internă a aparatului pe cardul proaspăt formatat. Bifați Move Now și confirmați alegerea printr-un click pe Next. În altă ordine de idei, indiferent ce veți bifa, după finalizarea acestui proces, cardul microSD va deveni mediul preferat de stocare pentru aplicațiile noi, baze de date și documente, pe lângă filme sau imagini. În situația în care ați bifat Move later și v-ați răzgândit ulterior, puteți reveni asupra deciziei din Settings, secțiunea Storage & USB, atingeți cardul SD și apăsați pe Migrate Data. 

La finalul procesului de conversie a cardului microSD într-un mediu de stocare intern, în colțul din dreapta jos al ecranului veți avea un buton marcat Done. Pentru a vedea urmările acestui gest, cel mai bine ar fi să intrați în Settings, la secțiunea Storage. Orice problemă va fi sesizată aici. De asemenea, printr-un tap pe Internal Storage sau USB Mass Storage drive veți putea vedea cum este defalcat spațiul vostru de stocare. Dacă veți întâmpina un ecran precum cel de mai sus, toți pașii au fost executați corespunzător, iar, din acel moment, sistemul de operare va decide unde ar fi cel mai bine să ajungă fiecare fișier nou sau aplicație. 

În principiu, din acest moment, ar fi ideal să nu mai interveniți asupra direcției în care se duc aplicațiile instalate de voi. Dacă țineți neapărat la acest lucru și considerați că sistemul de operare nu face o treabă suficient de bună, din secțiunea Storage & USB din Settings, alegeți mediul de stocare în care aveți aplicațiile pe care le vreți mutate. Alegeți Apps, căutați programul cu pricina, în exemplul nostru Opera Mini, și atingeți în partea de sus a ecranului Change. După câteva secunde, procesul de transfer ar trebui să se încheie.

În situația în care nu vă doriți aplicații pe card, ci doar imagini, filme și documente, folosiți mai bine microSD-ul ca

pe un mediu de stocare portabil. 

Mutarea aplicațiilor pe card în versiunile mai vechi de Android

Deși aplicațiile de Android s-au instalat aproape de fiecare dată în memoria internă a terminalului vostru, de câțiva ani, Google a permis utilizatorilor să le poată muta pe card. Din păcate, acest grad de flexibilitate a fost lăsat la îndemâna dezvoltatorilor care pot opta să vă permită sau nu să efectuați transferul. Astfel, această soluție s-ar putea să nu fie cea mai bună pentru situația voastră particulară.

Marea problemă, dacă o putem numi așa, constă în descoperirea căii prin care puteți ajunge la Application Manager sau Managerul de aplicații. În funcție de interfața instalată de producătorul gadgetului din dotare, procedura ar putea fi foarte diferită de cea pe care trebuie să o urmeze utilizatorii de telefoane Nexus, cu o interfață curată. În primul rând, intrați în Settings, fie din sertarul cu aplicații, fie din colțul din dreapta sus al centrului de notificări. Pe un Nexus, suntem în căutarea secțiunii Application Manager din Apps în meniul Device. Pe un Samsung, în partea stângă a ecranului intrați în Applications, iar în dreapta apăsați pe Application Manager.

Parcurgeți lista de aplicații din fața ochilor, mai mult sau mai puțin stufoasă și atingeți-o pe cea care vă deranjează sau pe care o vreți mutată. În cazul nostru particular am atins Opera Mini, în următorul ecran s-ar putea să fiți întrebați câteva lucruri. Le puteți ignora, este suficient să apăsați pe Move to SD card și să așteptați un pic de timp. Căutați aplicația sau aplicațiile care ocupă cel mai mult spațiu și repetați procedura descrisă. În scurt timp veți avea spațiu berechet. Nu este exclus ca butonul Move to SD card să fie în ceață, neselectabil. Aceasta funcționează doar ca o notificare

a faptului că dezvoltatorul programului a decis să nu permită transferul său dintr-o parte în alta. Opera Mini nu a prezentat astfel de probleme. La finalizarea transferului, Move to SD Card se va transforma în Move to Device Storage, în funcție de descărcările anterioare.



Ce aplicații pot ajunge pe card?

Dacă sunteți mândrii de noua voastră descoperire și abia așteptați să vedeți cum funcționează într-un context real, există foarte multe soluții pentru a vă pune ideile pe hârtie digitală și a le muta unde aveți mai mult spațiu.

AppMgr III din Play Store facilitează întregul proces și nici măcar nu vă obligă să optați pentru versiunea contra cost. În doar câteva secunde, pe ecran va apărea o listă stufoasă din care puteți muta pe card aplicații noi detectate sau le puteți șterge. Cardul din interior nu mai trebuie îndepărtat, în schimb.

Sursa: playtech.ro

10 Super-Alimente care iti pot vindeca intregul corp

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Pentru functionarea corpului in parametri cat mai optimi, luati in calcul aceste zece super-alimente ce contin substante

nutritive.

1. Patlagina

Ai calcat pe ea, ai ignorat-o, ai incercat de atatea ori sa o elimini de pe gazonul tau, insa aceasta "buruiana" inofensiva este medicamentul cel mai utilizat de pe intreaga planeta, ajungandu-se in ziua de azi sa se cultiveze din ce in ce mai mult. De la patlagina se foloseste cel mai mult radacina, insa in unele cazuri si tulpina este CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

„Darul cerului” sau rostopasca, remediu puternic pentru 150 de afectiuni

Se spunea ca are o forță egală cu a soarelui și de asta romanii au botezat-o "Chelidonium", "darul cerului", iar vracii o culegeau numai în crucea zilei, când soarele era în zodia Leului.

✖ Rostopasca este recomandată ca remediu în peste 150 de afecțiuni, de la dermatoze banale, la temutul cancer sau la infecțiile virale, încă imposibil de tratat cu medicamentele actuale.

Preparatele pe bază de rostopască au efecte vasodilatatoare, antispastice, analgezice și stimulează secrețiile digestive. Extern, are acțiune: antiseptică, antibacteriană, regenerantă, cicatrizantă, antitumorală.

Indicații terapeutice

Rostopasca este recomandată în terapia naturistă a afecțiunilor hepatice, în procesul de cicatrizare a unor boli de piele, negi, în cazurile de icter, constipație, reumatism etc.

Spasmele digestive – sunt eficient combătute de către tinctura de rostopască, din care se iau câte 3-4 lingurițe pe zi. Tratamentul se face simptomatic, de câte ori apar spasme, anumite substanțe conținute de această plantă (alcaloizi) relaxând prompt musculatura netedă a tubului digestiv.

Dischinezia biliară – un grup de cercetători români, conduși de dr. Hriscu A., a demonstrat efectele excepționale ale rostopascăi în combaterea tulburărilor biliare, inclusiv a dischineziei. Se administrează pulberea, câte un vârf de cuțit luat de trei ori pe zi, la orele 8, 13 și 19. Acest tratament se face vreme de 30 de zile, urmate de 10 zile de pauză, după care se poate relua. Are o eficiență greu de egalat de orice medicament de sinteză. Tratamentul este foarte eficient și pentru prevenirea litiazei biliare.

Indigestia și dispepsia – conform cercetărilor medicului german J.C. Bauman, nu există medicament mai eficient ca rostopasca în tratarea problemelor legate de digestie. Jumătate de linguriță de tinctură de rostopască, administrată de 4 ori pe zi, diminuează senzația de greață, stimulează puternic producerea de sucuri gastrice și de bilă, elimină starea de disconfort, de greutate în stomac, ce apare în cazul indigestiei. Fiecare doză de rostopască se ia cu 10 minute înainte de masă. Se țin cure de câte 3 săptămâni.

Migrena biliară, migrena în general – se ia o linguriță rasă de pulbere de rostopască pe stomacul gol, în doză unică, pentru 24 de ore. Efectele sunt de-a dreptul spectaculoase: în mai puțin de o oră, bila este drenată, durerile de cap și senzația de greață dispar, la fel ca și sensibilitatea

excesivă la zgomote, la lumină și la mirosuri. Tratamentul se face ocazional, atunci când apar durerile de cap și celelalte simptome specifice migrenei.

Pancreatita– iată o rețetă care face adevărate minuni în această afecțiune periculoasă și greu de tratat: cinci grame de rostopască uscată și mărunțita se opăresc cu un litru de apă clocotită și se lasă să se infuzeze 12 ore, într-un vas smălțuit (extractul nu trebuie să intre în contact cu metale). Ideal este să se prepare infuzia la ora șase seara și să se strecoare la șase dimineața, când se mai adaugă 200 de grame de miere de salcâm sau polifloră (nu de alt soi) și se amestecă bine. Se ia o lingură din acest preparat, din oră în oră, înainte sau după ce mâncăm. După 2 luni de tratament, simptomele bolii dispar.

❌ **Boli de ficat**– ceea ce medicina populară știe dintotdeauna, a fost confirmat și pe cale științifică: rostopasca este un extraordinar stimulent al funcției hepatice. Se administrează sub formă de pulbere, câte un vârf de cuțit (aproximativ 0,5 grame) de 4 ori pe zi, în cure de 21 de zile, cu 7-10 zile de pauză. Este un remediu excelent, pentru persoanele cu afecțiuni ale ficatului apărute în urma intoxicațiilor și a otrăvirilor, a infecțiilor cu virusul hepatitei.

Herpesul bucal și herpesul genital – se combat eficient, atât intern, cât și extern, cu ajutorul tincturii de rostopască. Intern, se administrează câte o linguriță de tinctura de trei ori pe zi în cure de 12 zile. Pentru utilizarea externă, se combină tinctura de rostopască, în proporții egale, cu tinctura de propolis, și se aplică prin picurare (nu prin tamponare cu vată) pe zona afectată, de 4-6 ori pe zi. Efectele sunt rapide și de durată.

Cancerul – rostopasca este pe cale să provoace o puternică dispută în lumea specialiștilor, legată de tratarea bolii canceroase. De “vină” sunt cercetătorii din spațiul ex-sovietic, care au studiat efectele rostopascăi asupra

cancerului vreme de mai multe decenii și au creat chiar un medicament de semi-sinteză, derivat din ea: "Ukrain". Din cercetările lor rezultă că sucul de rostopască aplicat pe zonele afectate de cancerul de piele, dar și pe tumorile exteriorizate, face adevărate minuni, în timp ce pulberea administrată intern ameliorează starea bolnavilor de cancer. Se ia un sfert de linguriță de pulbere de rostopască de 4 ori pe zi, în cure de două luni, cu 3 săptămâni de pauză. Este un remediu cu efecte imunomodulatoare certe (ajuta la distrugerea celulelor maligne de către sistemul imunitar) și cu o posibilă acțiune citostatică directă. Conform cercetătorilor ruși și ucraineni, substanțele active din rostopască sunt eficiente în cancerul pancreatic, ovarian, faringian, ano-rectal, de colon, de sân, de ficat. p Hepatita virală – fitoterapeutul francez Maurice Messegue a tratat foarte eficient această boală, într-un mod mai puțin obisnuit: cu băi cu infuzie combinată de rostopască. În fiecare seară, se fac băi de mâini și de picioare cu apă fierbinte, în care se pun 1-2 litri de infuzie combinată de rostopască. Se ține fiecare membru vreme de 15 minute în baie, apoi se tamponează ușor cu un prosop (nu se clătește și nu se șterge). Este un tratament blând și eficient, prin care principiile active ale plantei sunt preluate de către circulația sanguină periferică și sunt transportate în ficat, unde își exercită acțiunea terapeutică.

Administrarea corecta a rostopascai

1. Pulberea

Se obține prin măcinarea cât mai fină a tulpinilor uscate de rostopască cu rășnița electrică de cafea. Depozitarea pulberii se face în borcane de sticlă închise ermetic, în locuri întunecoase și reci, pe o perioada de maximum 3 săptămâni (deoarece principiile active se oxidează rapid). De regulă, se administrează de 3-4 ori pe zi câte un sfert de linguriță (aproximativ 1 g), pe stomacul gol.

❌ 2. Tinctura

Se pun într-un borcan cu filet, 15 linguri de pulbere de rostopască, peste care se adaugă două pahare (400 ml) de alcool alimentar, de 50 de grade. Se închide borcanul ermetic și se lasă la macerat vreme de două săptămâni, după care se filtrează, iar tinctura rezultată se pune în sticlute mici, închise la culoare. Se administrează de patru ori pe zi, câte 50-100 de picături, diluate în puțină apă.

3. Infuzia combinată

Se pun 3-4 linguri de rostopască mărunțită la macerat în jumătate de litru de apă, vreme de 8-10 ore, după care se filtrează. Preparatul rezultat se pune deoparte, iar planta rămasă după filtrare se fierbe în încă jumătate de litru de apă, vreme de cinci minute, după care se lasă să se răcească și se filtrează. În final, se amestecă cele două extracte, obținându-se aproximativ un litru de preparat, care se folosește mai ales extern, sub formă de comprese, gargară și băi.

4. Cataplasma cu rostopasca

O mână de frunze mărunțite de rostopască se lasă timp de 1-2 ore să se înmoaie în apă caldă (40-50gr. C). Se aplică apoi pe locul afectat, acoperindu-se cu un tifon. Se lasă să acționeze vreme de 1 oră.

Cum se culege și cum se pastreaza rostopasca

De la rostopască se culege partea aeriana a plantei, adică tulpina, frunzele și florile, cu grijă pentru a nu dezrădăcina planta, care va da apoi alte tulpini. Culesul se face pe timp frumos, însorit, în zile fără ploaie (ploaia favorizează brunificarea plantei, ceea ce duce la degradarea principiilor active). Imediat după culegere, tulpinile de rostopască se pun la uscat în strat subțire, într-un loc umbros și lipsit de umiditate. Dintr-o jumătate de kilogram de plantă proaspătă rezultă aproximativ o sută de grame de plantă uscată. În stare

proaspătă, tulpinile de rostopască lasă un suc (latex) portocaliu, care are proprietăți medicinale foarte importante, pe care planta uscată nu le mai păstrează.

Sursa: frunza-verde.ro

Iata cum sa inlaturi o unghie care creste sub piele, fara ajutorul chirurgiei

Un articol de Petrut

Multe lucruri care apar pe corpul uman pot provoca probleme serioase de sanatate.

Unghiile crescute sub piele reprezinta una dintre ele.

Aceasta afectiune este considerata boala cronica, care apare atunci cand coltul exterior al unghiei creste in carnea moale. Unghiile de sub piele pot provoca dureri severe in timpul mersului, insa exista numeroase metode prin care sa fie extrase.

Daca nu vrei sa irosesti bani pe operatii chirurgicale, inlatur-o acasa.

Dilueaza 3 linguri de bicarbonat in CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Modul natural prin care sa iti purifici plamanii de gudron si nicotina

Un articol de Maya

Chiar daca fumezi sau te-ai lasat curand de fumat, plamanii tai sunt incarcati cu materii toxice, care provin din tigari. In acest articol, iti prezentam un remediu puternic si eficient, care te va ajuta sa iti cureti plamanii de gudron si nicotina; pentru asta, vei avea nevoie de numai trei plante:

Ingrediente necesare:

- 400 de grame de ceapa
- 2 lingurite de turmeric
- 3 cm de radacina de ghimbir
- 1 litru de apa
- 400 de grame de zahar (daca vrei, poti folosi miere)

Mod de CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com