

# Slabiti cu ajutorul apei cu ghimbir: bautura care arde cu succes grasimea de pe coapse si din talie! (Reteta)

Majoritatea regimurilor de slabit va ofera rezultatele pe care vi le doriti insa va lasa organismul fara nutrientii esentiali. In acest articol va oferim o reteta sanatoasa care va topeste grasimea de la nivelul abdomenului, imbunatatind in acelasi timp si sanatatea generala a corpului. Infuzia cu ghimbir este esentiala daca doriti sa scapati de grasimea de la nivelul abdomenului si al soldurilor.



## INSTRUCTIUNI

Taiati in bucati o radacina proaspata de ghimbir. Puneti bucatelele in 1L- 1.5 L de apa si lasati la fiert. Cand apa incepe sa fiarba, dati focul mai incet si lasati inca 15 minute. Dupa ce s-a racit, strecurati.

## Utilizare

Puteti consuma apa cu ghimbir intreaga zi. Pentru o detoxifiere completa a organismului, trebuie sa consumati cel putin 1L pe zi, timp de 6 luni.

De asemenea, se recomanda consumul de amestec proaspat preparat. Il puteti depozita intr-un termos si il puteti lua cu dumneavoastra peste tot.

## **Beneficiile infuziei cu ghimbir.**

### **Efecte antiinflamatorii puternice**

Ghimbirul este un antiinflamator puternic care reduce inflamatiile dar trateaza si reumatismul sau artrita ori inflamatiile articulare.

### **Un puternic antioxidant**

Ghimbirul este un antioxidant puternic datorita compusilor sai. Poate lupta impotriva radicalilor liberi, raspunzatori cu distrugerea celulelor sanatoase si dezvoltarea cancerului, in acelasi timp. Ghimbirul curata organismul de toate distrugerile provocate de acesti radicali liberi.

### **Infuzia cu ghimbir previne aparitia cancerului**

Conform unui articol publicat in the British Journal of Nutrition, infuzia cu ghimbir este extrem de benefica in prevenirea cancerului si asta datorita proprietatilor antiinflamatorii si antioxidante.

### **Infuzia cu ghimbir echilibreaza nivelul colesterolului**

Si, nu in ultimul rand, ghimbirul poate reduce semnificativ nivelul colesterolului din organism. Pe de alta parte, colesterolul este asociat cu obezitatea, problemele cardiace si cateva tipuri de cancer. Ceea ce face infuzia de ghimbir, este sa reduca nivelul de colesterol, prin reducerea colesterolului hepatic si al serului din sange. In plus, infuzia cu ghimbir poate subtia sangele si poate scadea presiunea arteriala crescuta.

Sursa: [pentrusuflet.com](http://pentrusuflet.com)

---

## **Regenerarea Parului , Genelor**

# si Sprancenelor Cu Ulei De Ricin

Un articol de Maya

Multi oameni nici macar nu considera uleiul de ricin un remediu pentru parul lor si pentru piele, din cauza consistentei sale groase si lipicioase. Insa acest ulei uimitor este unul extrem de benefic pentru piele si par, utilizarea lui regulata conducand la aparitia rezultatelor pozitive dupa o perioada relativ scurta de timp.

Folosind ulei de ricin, va asigur ca pe langa economia la bani, va veti alege cu o regenerare eficienta a parului si pielii, si asta intr-un mod 100% natural. CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: [secretele.com](http://secretele.com)

---

## 12 Nail Shapes You Need To Try Right Now

Just when you thought you had a solid grasp on the nail industry, this article gets shoved in your face. Don't worry, you're not alone! I had no idea there were so many different nail shape possibilities. When it comes to anything related to nails, I'm as vanilla as you can get. Most of the time, I sport a natural, bare nail look, and if I manage to find time to slap on a coat of polish, it's one simple, traditional color. I certainly learned a thing or two from this article,

and I hope you will too!

## **1. Round**

This nail shape works best for those of you wanting to keep your manicures short. One of the benefits of a round tip is it's harder to chip because there aren't any ridged edges to catch on things.

**via Instagram / @nailsbycapps**

## **2. Square**

This is a very common, popular style that is perfect for French manicures. It works best for individuals looking to maintain a medium or long nail length.

**via Instagram / @lefthandgyrlnails**

## **3. Stiletto**

Anyone wishing to elongate shorter fingers tend to gravitate toward this style. These nails are insanely long, and not very practical, but if you can rock it, go ahead and do so!

**via Instagram / @kims\_nailpage**

## **4. Almond**

Like the Stiletto shape, Almond nails lengthen and slenderize fingers. However, because this look requires extensive filing along each side of the nail, it is a very weak shape and can easily break.

**via Instagram / @hand\_bananass**

## 5. Squared Oval

Also known as the „Squoval“, this shape is the most flattering one of them all. Pretty much anyone can pull off this look!

via Instagram / @benailed\_on\_facebook

## 6. Ballerina

This shape is sometimes referred to as „Coffin“ and is basically a Stiletto nail with a squared tip. The tip gives the shape its name because it looks like a pointe shoe.

via Instagram / @barukhbeautysalon

## 7. Mountain Peak

The difference between this style and Stiletto is the length. Mountain Peak nails are much shorter than Stiletto, making them a bit easier to wear.

via Instagram / @craftyyyy\_nails

## 8. Flare

Another name for this nail shape is „Duck Feet“. Believe it or not, many nail techs refuse to do Flare nails because the look they create is the exact opposite of what many of them were trained to do. It's viewed as an industry no-no and goes against nail sculpting standards!

via Instagram / @chicnailbar

## 9. Lipstick

This look is best achieved through acrylics. The tip of the

nail is shaped to mimic the slanted top of lipstick.

**via Instagram / @harlowvanityparlour**

## **10. Oval**

If your nail bed is wide and narrow, this is a great option for you. Oval nails combine the positive elements of Almond, Square, and Round styles, making them strong and pretty.

**via Instagram / @benailed\_on\_facebook**

## **11. Arrowhead**

This nail shape resembles exactly what you would expect: an arrowhead! A file is used to create straight sides that then sweep sharply into a v-shaped point.

**via Not Your Average Nails**

## **12. Edge**

This final style resembles the Arrowhead shape, but is MUCH longer. It's quite unconventional, to say the least, and can't be worn by everyone.

**via Instagram / @lisapetkin**

Main image via Instagram / @chicnailbar

Collage image via tumblr / ashmeadowmelts

Sursa: diply.com

---

# Te-a oprit politia in trafic? Nu te mai lasa pacalit, iata ce trebuie sa faci

Dupa cum relateaza [ziarulevenimentul.ro](http://ziarulevenimentul.ro), acestea sunt conditiile pe care trebuie sa le indeplineasca un politist atunci cand va opreste:

1. Trebuie sa se prezinte (ai dreptul sa-i ceri legitimatia, sa ti-o arate).
2. Sa-ti spuna motivul opririi(care este motivul: filtru organizat si ce cauta ei, sa zicem, alcool, benzina sau dude).
3. Daca este filtru, ai dreptul sa ceri ordinul de serviciu in care trebuie sa se regaseasca data si intre ce ore au voie sa faca filtru, strazile pe care actioneaza si numele persoanelor care participa din echipaj.
4. Actele se cer pe un motiv(legea nu mai permite sa se opreasca masini si apoi sa se caute motive de amenda).
5. Deci, la oprire, se comunica soferului motivul si nu poti fi sanctionat decat pe acel motiv(asta daca nu cumva ai portbagajul plin cu arme si doua cadavre legate la spate).
6. La amenda ai doua locuri unde semnezi: unul prin care recunosti fapta si al doilea ca iei la cunostinta de amenda, deci puteti sa semnati ca luati la cunostinta de amenda dar sa nu recunasteti fapta, si sa-l convocati la tribunal sub asistenta juridica pe dumnealui.
7. CEL MAI IMPORTANT: ori de cate ori aveti un necaz cu politia, fie noapte, fie zi, puteti sa sunati la 112(Apel National de Urgenta) si sa spuneti ca sunteti abuzat de echipajul care v-a oprit.
8. Fiti intelegatori cu politistul, totusi sta pe strada de atata timp (asta daca nu incepe sa abereze), sunt, mai nou. Politistii de pe radare nu mai au voie sa dea filmul inapoi. Deci, daca va opresc si stiti ca nu ati comis-o prea rau, le

cereti ferm sa va arate:

- A. Legitimatia care atesta ca au dreptul de a lucra pe masina de radar care sa aiba vizele la zi.
- B. Copie dupa certificatul metrologic al aparatului radar cu modelul si seria aparatului.
- C. Legitimatia care atesta faptul ca are dreptul de a conduce masina ministerului de interne, legitimatie care sa fie vizata.
- D. Daca mai fac scandal, le cereti sa va arate „ordinul de serviciu”. Este un fel de foaie de parcurs in care scrie unde au voie sa isi desfasoare activitatea respectiva.

Aceste acte trebuie sa fie intotdeauna asupra agentului de pe radar, dar faptul ca-l mai intrebi de ele de cele mai multe ori duce la un simplu avertisment pentru tine, pentru ca... ghiciti? De multe ori, aceste acte nu prea se gasesc asupra echipajului.

Sursa: giurgiupesurse.ro

---

**Cel mai mare secret al vestitei CIORBE RADAUTENE a fost dezvaluit de o gospodina din Bucovina. Cu aceasta reteta nu vei da gres**

# vreodata!

Mai ușor de gătit decât ciorba de burtă, ciorba rădăuțeană este apreciată chiar și de cei mai pretențioși gurmanzi. Se spune că acest fel de mâncare a fost inventat de o gospodină din Bucovina care a reușit să o facă experimentând.

Succesul a fost neașteptat de mare, acest fel de mâncare ajungând în meniul multor restaurante celebre internaționale , scrie Observator.tv.

## Ingrediente pentru 4,5-5 litri de ciorba radauteana.

- Un piept mare de pui cu piele și os
- 0 ceapă
- 0 țelină de mărimea unui măr
- Un păstârnac
- 0 rădăcină de pătrunjel
- 2-3 morcovi
- Un gogoșar și un ardei gras roșu
- 3 ouă
- 200-300 ml smântână 20% grăsime
- Una-două linguri oțet
- 3-4 căței de usturoi
- 0 legătură pătrunjel

## Preparare ciorba radauteana

**Pieptul de pui** se taie în două de-a lungul și se pune la fiert într-o cantitate suficientă de apă. Se daugă sare încă de la început. După ce a tras primul clocot și ați cules spuma adăugați ceapa întreagă și rădăcinoasele tăiate în bucăți mari. Când au fiert atât carnea cât și legumele vor fi scoase din oală.

Carnea va fi dezosată și curățată de piele, apoi va fi tăiată fâșii întocmai ca la ciorba de burtă. Albitura (**țelina, păstârnacul și rădăcina de pătrunjel, opțional și ceapa**) vor

fi puse în blender cu o cantitate suficientă de apă și vor fi pasate până se vor transforma într-o cremă. Dacă nu aveți un robot de bucătărie, rădăcinile vor fi date printr-o sită. **Fâșiile de carne se vor adauga în supă odată cu piureul de rădăcinoase.** Morcovul se va tăia rondele. Cei care preferă ca ciorba să aibă culoarea portocalie pot pasa și morcovul. Se pun la fiert și cubulețele de gogoșar și ardei copt. Pot fi folosiți **gogoșari puși la oțet**, gustul fiind chiar mai bun.

Smântâna se amestecă bine cu gălbenușul de ou (albușul nu va fi adăugat în ciorbă), se pune supă fierbinte câte puțin și după ce se subțiază se adaugă în oală. Se adaugă usturoiul pisat ca la mujdei și se lasă la fiert 2-3 minute. Atenție, dacă usturoiul va fierbe mai mult își va pierde gustul, dacă fierbe prea puțin va oxida. La final se pune oțetul ( e de preferat oțet de la gogoșari).

Condimentele se pun după gust, dar și smântâna și ouăle. Cei care preferă mâncărurile mai consistente, vor putea să pună ceva mai multă smântână și pot adăuga un ou, dar se poate și reduce cantitatea de smântână. **Sarea, oțetul și usturoiul** se pun după gust. E de preferat să fie adăugate cu moderație și să fie completat gustul în timpul mesei. Pătrunjelul tocat se adaugă în farfurie când e servită ciorba rădăuțeană. Ardeiul iute nu trebuie să lipsească

Sursa: observator.news

---

**Foloseste acest truc deloc  
scump, pentru a avea**

# **picioarele calde in timpul iernii!**

Un articol de Cristian Iacov

Frigul isi gaseste mereu, intr-un fel sau altul, drumul spre picioarele tale. Racelile, cistita, problemele la rinichi sunt doar cateva din multiplele afectiuni care se pot abate asupra organismului tau din cauza picioarelor reci.

Daca locul de munca pe care il ai presupune o activitate intensa in aer liber sau intr-o cladire neincalzita adecvat, in timpul iernii, ori daca pur si simplu iti face placere sa te plimbi prin zapada, continua sa citesti si vei afla cel mai eficient truc pentru **CITESTE IN CONTINUARE**

Sursa: [Secretele.com](http://secretele.com)

---

## **Gogoși rapide cu iaurt**

**Când ai poftă de gogoși, încearcă această rețetă rapidă. Aluatul nu trebuie să dospească.**

# Ingrediente



- 250 g iaurt
- 280 g făină
- 3 linguri cu zahăr
- 1 ou
- $\frac{1}{2}$  pliculeț cu praf de copt
- 1 fiolă cu esență de vanilie
- zahăr pudră vanilat
- ulei
- sare

## Mod de preparare

**PASUL 1:** Într-un castron, amestecă energic iaurtul cu zahărul și esența de vanilie. Adauga oul și omogenizează bine.

**PASUL 2:** Încorporează făina proaspăt cernută și amestecată cu sarea și praful de copt. Compoziția rezultată trebuie să aibă consistența unei smântâni mai grase. Dacă este prea moale mai adaugă puțină făină.

**PASUL 3:** În ulei încins pune cu lingurița mici grămăjoare de compoziție. Lasă-le să se rumenească bine, după care scoate-le pe hârtie absorbantă. După ce s-au răcorit pudrează-le cu zahăr pudră vanilat. Sunt delicioase!

Sursa: femeia.ro

---

# **Cel mai eficient mod de a scadea febra la copii, fara medicamente, in mai putin de 5 minute! Iata cum:**

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Febra pe care o are copilul tau este un factor de stres si un motiv de mare ingrijorare.

Conform unor studii, daca copilul tau este sanatos, febra nu trebuie sa te sperie. Febra este reactia organismului la infectia care iti imbolnaveste copilul. Daca temperatura este prea mare, devenind inconfortabila, exista cativa pasi pe care ii poti urma, astfel incat el sa se simta mai bine.

Daca febra continua sa fie ridicata si daca persista cateva zile la rand, este necesar ca medicul pediatru sa **CITESTE IN CONTINUARE**

Sursa: [secretele.com](http://secretele.com)

---

# **Remediu pentru psoriazis: Reteta pentru o crema de zi si de baie facuta in casa**

Un articol de Razvan

Psoriazisul este o boala de piele, care se manifesta prin descuamari insotite de mancarimi si pete rosii de dimensiuni diferite pe piele. Regiunile afectate frecvent sunt: zona

articulatiilor genunchiului, cotului dar si pielea capului. Aceasta boala a fost amintita si descrisa inca din antichitate de Hippocrate (ca. 460–370 i.Hr.). Termenul de psoriazis a fost folosit pentru prima oara de Galenus, care descria boala care apare in regiunea ochilor si testiculelor. Azi se presupune insa ca CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

---

## 5 lucruri pe care trebuie sa le stii neaparat despre bancomate, telefoanele mobile si masina personala

Un articol de Razvan

Desi pare putin probabil, oricare dintre noi se poate confrunta uneori cu situatii in care singurele mijloace de salvare sunt telefonul mobil, masina personala sau un bancomat. Informatiile pe care ti le prezentam in continuare iti pot salva viata literalmente! Desi aceste amanunte sunt efectiv cruciale, prea putini dintre voi le cunoasteti.

**Iata o serie de trucuri care te pot scoate din incurcatura la nevoie:**

**1. Daca esti fortat sa retragi bani de la un bancomat:**

Introdu codul PIN in CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com