

Invata cum poti sa adormi in mai putin de 1 minut!

Un articol de Cristian Iacov

Daca va chinuiti in fiecare seara sa adormiti pentru ca ati mancat prea tarziu sau pentru ca ati stat prea mult cu ochii la televizor sau la calculator, atunci acest articol este pentru voi!

Din proprie experienta va spun ca pana sa descopar acest procedeu, imi era destul de greu sa adorm. Cum ma puneam seara in pat, imi era destul de greu sa inchid creierul, imi treceau foarte multe lucruri prin minte si de aceea nu puteam sa adorm. Insa, dupa ce am invatat cum sa-l fac, pot sa va spun ca nu CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Transpiri din Abundenta? Incearca Aceste 3 Solutii

Un articol de Maya

Transpiratia este ceva obisnuit in zilele calduroase, insa in cazul in care aceasta este din abundenta, poate deveni enervanta.

Poate nu stiai aceste secrete insa pentru a preveni abundenta transpiratiei vei avea nevoie de 3 solutii destul de eficiente si simple.

Iata mai jos despre ce este vorba!

Consuma cat mai mult ulei de chimen

Uleiul de chimen presat la rece este un foarte bun anti bacterian si anti oxidant, actionand ca un inhibitor al glandelor sudoripare. Il poti consuma CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Hole in the Bread Eggs!

These hole in the bread eggs are a proper old family favourite! Perfect for brunch with friends and family.

Sursa: youtube.com

Miracolele Consumului de Fructe pe Stomacul Gol

Un articol de Cristian Iacov

Oamenii nu stiu cand si cum se mananca fructele. Corpul nostru striga disperat dupa fructe. Fructul este mancarea cea mai energizanta, binefacatoare, datatoare de viata, de confort si de armonie, care exista. Fructele sunt alimentul cel mai important, cel mai bun si totodata cel mai potrivit structurii noastre. Stramosii nostri au mancat numai fructe, zeci de milioane de ani. Mancarea pe care o consumam lasa urme pe

dintii nostri. Din studiile dintilor fosilizati rezulta ca primii oameni CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

18 Clear & Succinct Ways To Wear A Tie

Most men use one tie knot their entire lives. You could say it's because we're creatures of habit -that we're boring- that we don't like to experiment and try new things.

Well, I think that's a bunch of BS! No, I think most of us tie one necktie knot as we don't have an easy guide showing us why and how to experiment with others ways to tie a tie. Well now you do!

Here are 18 very clear and succinct diagrams showing you how to tie various necktie knots for work and casual wear. The Knots listed are:

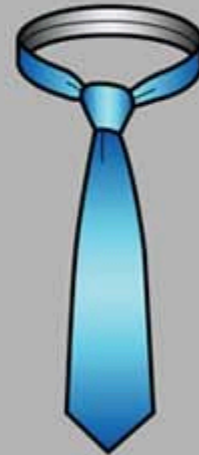
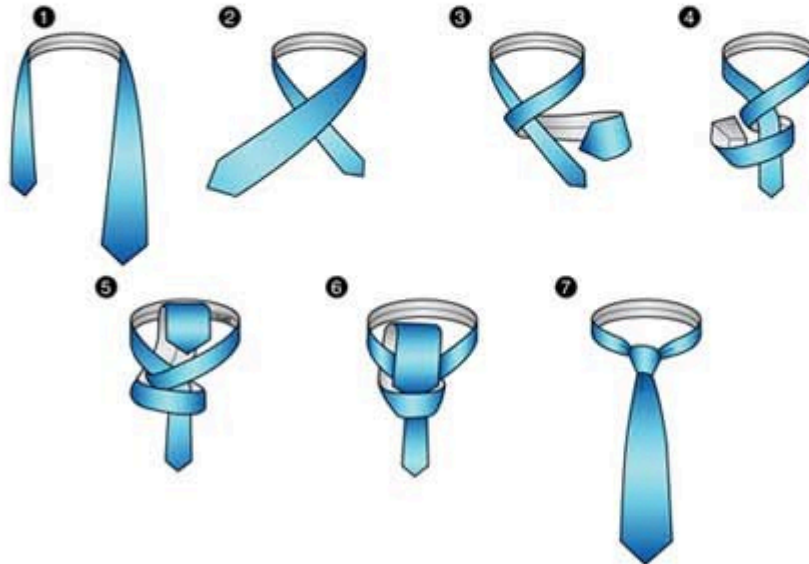
1. Four-In-Hand *Knot*

18 WAYS TO TIE A NECKTIE

Presented by: [Real Men Real Style.com](http://RealMenRealStyle.com)

FOUR IN HAND KNOT

How to Tie a Tie Series - 1 of 18



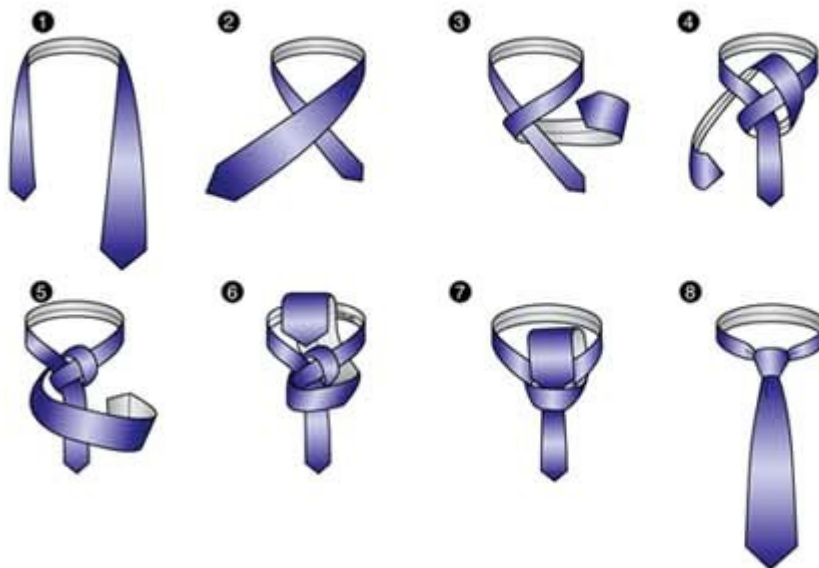
KNOT FEATURES

Common
Easy to Tie
Small Knot
Uneven Knot

2. Half Windsor Knot

HALF WINDSOR KNOT

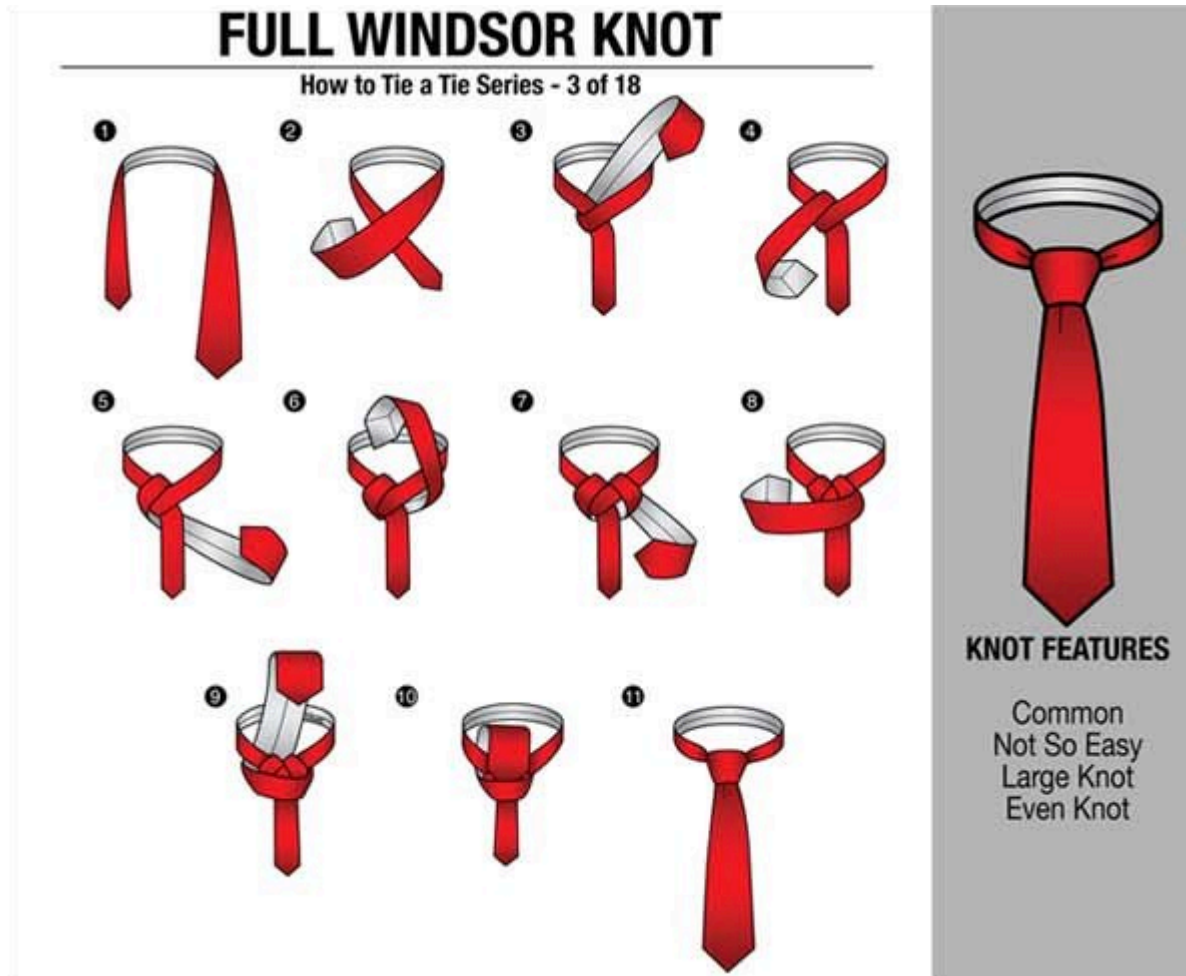
How to Tie a Tie Series - 2 of 18



KNOT FEATURES

Common
Not So Easy
Medium Size Knot
Even Knot

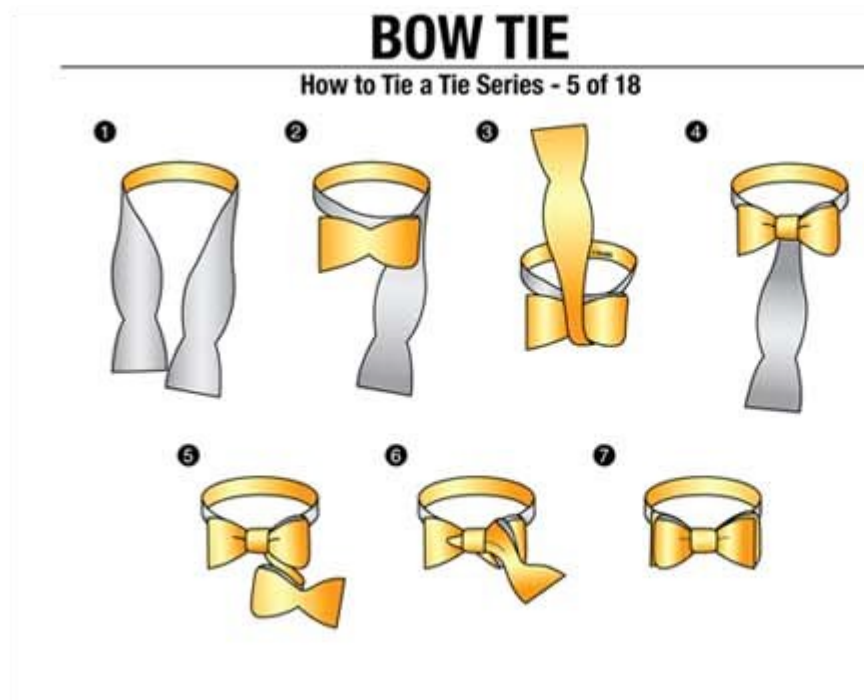
3. Full Windsor Knot



4. Nicky Knot



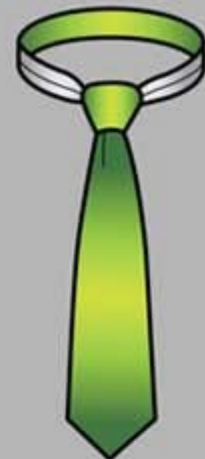
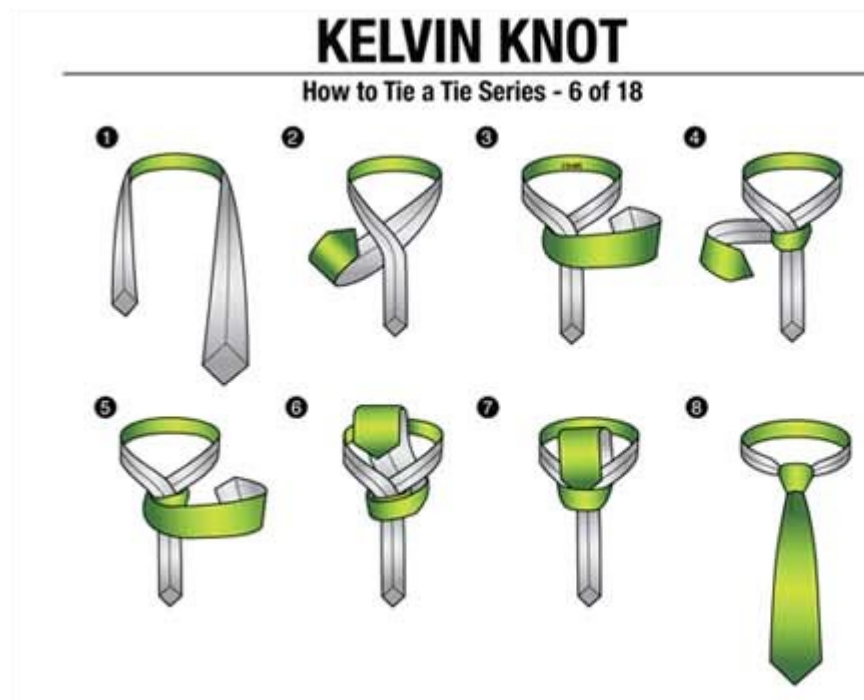
5. Bow-Tie Knot



KNOT FEATURES

Common
Not So Easy
Medium Knot
Even Knot

6. Kelvin Knot



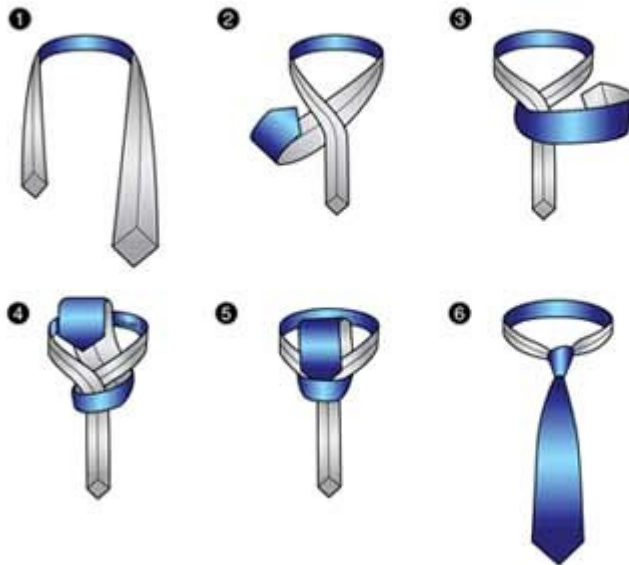
KNOT FEATURES

Uncommon
Easy to Tie
Medium Knot
Even Knot

7. Oriental Knot

ORIENTAL KNOT

How to Tie a Tie Series - 7 of 18



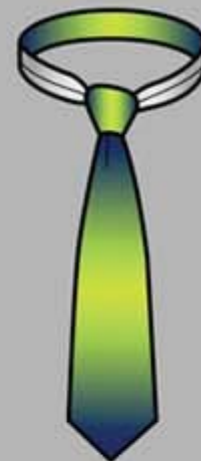
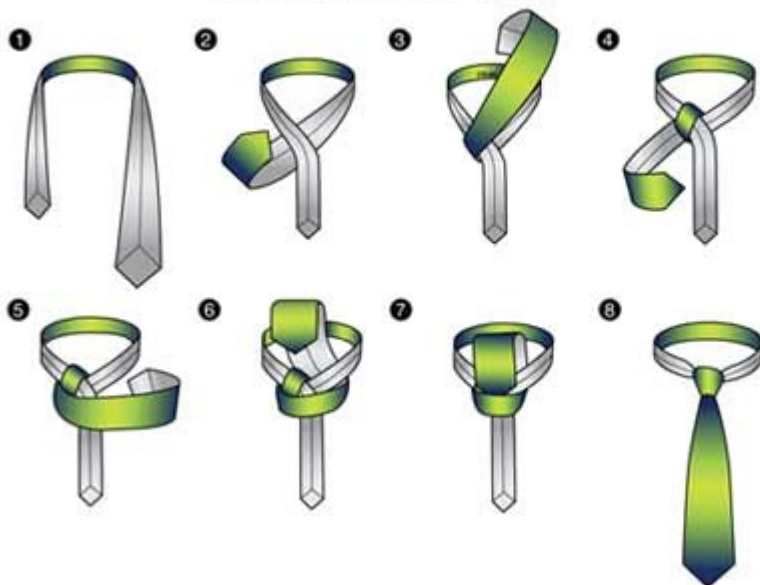
KNOT FEATURES

Uncommon
Easy to Tie
Small Knot
Uneven Knot

8. Pratt Knot

PRATT KNOT

How to Tie a Tie Series - 8 of 18



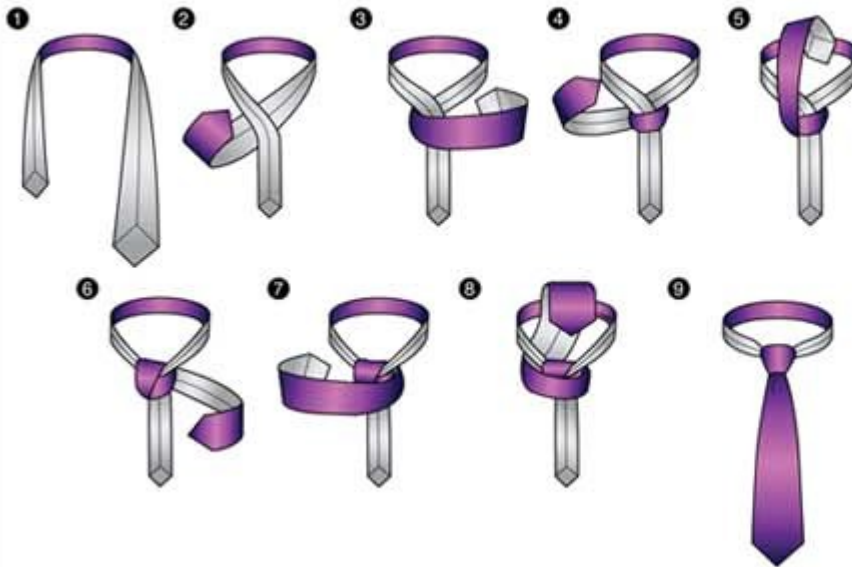
KNOT FEATURES

Uncommon
Easy to Tie
Medium Size Knot
Uneven Knot

9. St Andrew Knot

ST. ANDREW KNOT

How to Tie a Tie Series - 9 of 18



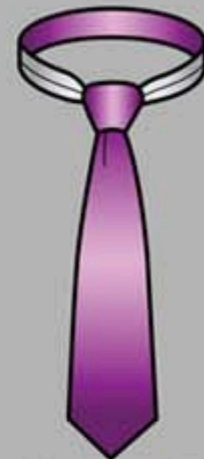
KNOT FEATURES

Uncommon
Easy to Tie
Medium Knot
Even Knot

10. Balthus Knot

BALTHUS KNOT

How to Tie a Tie Series - 10 of 18



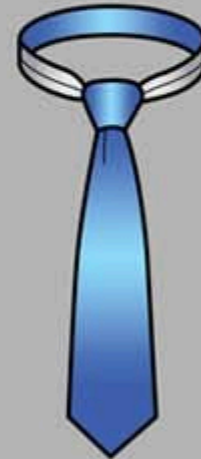
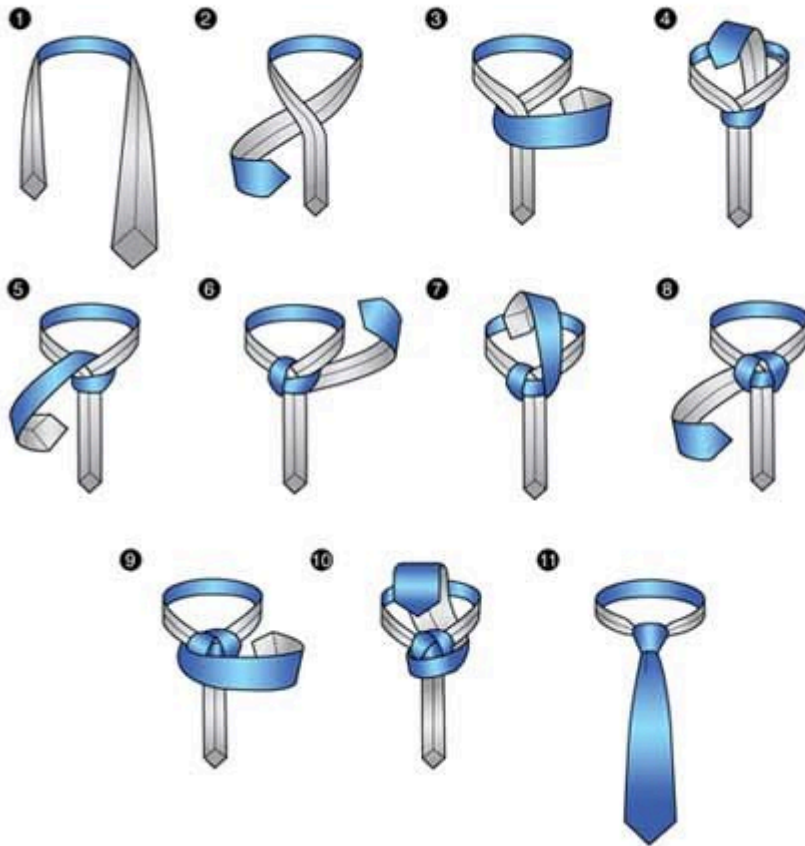
KNOT FEATURES

Uncommon
Not So Easy
Large Knot
Even Knot

11. Hanover Knot

HANOVER KNOT

How to Tie a Tie Series - 11 of 18



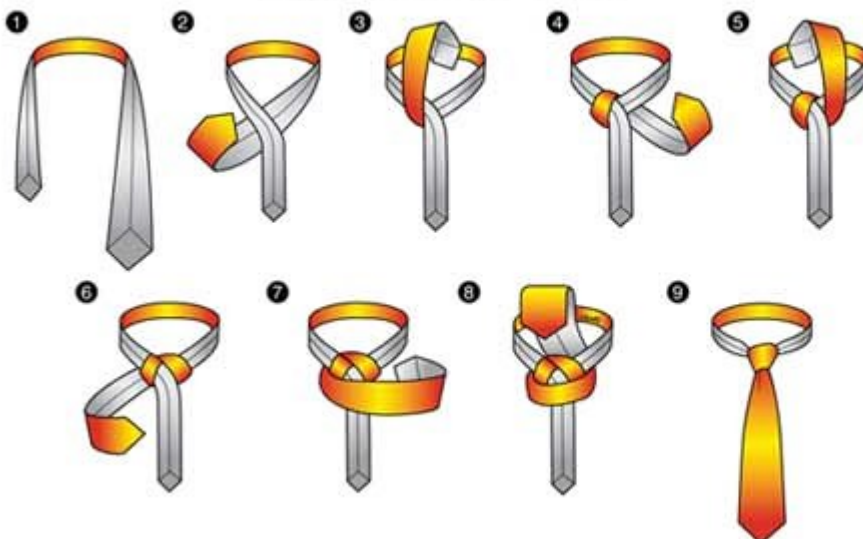
KNOT FEATURES

Uncommon
Not So Easy
Large Knot
Even Knot

12. Plattsburgh Knot

PLATTSBURGH KNOT

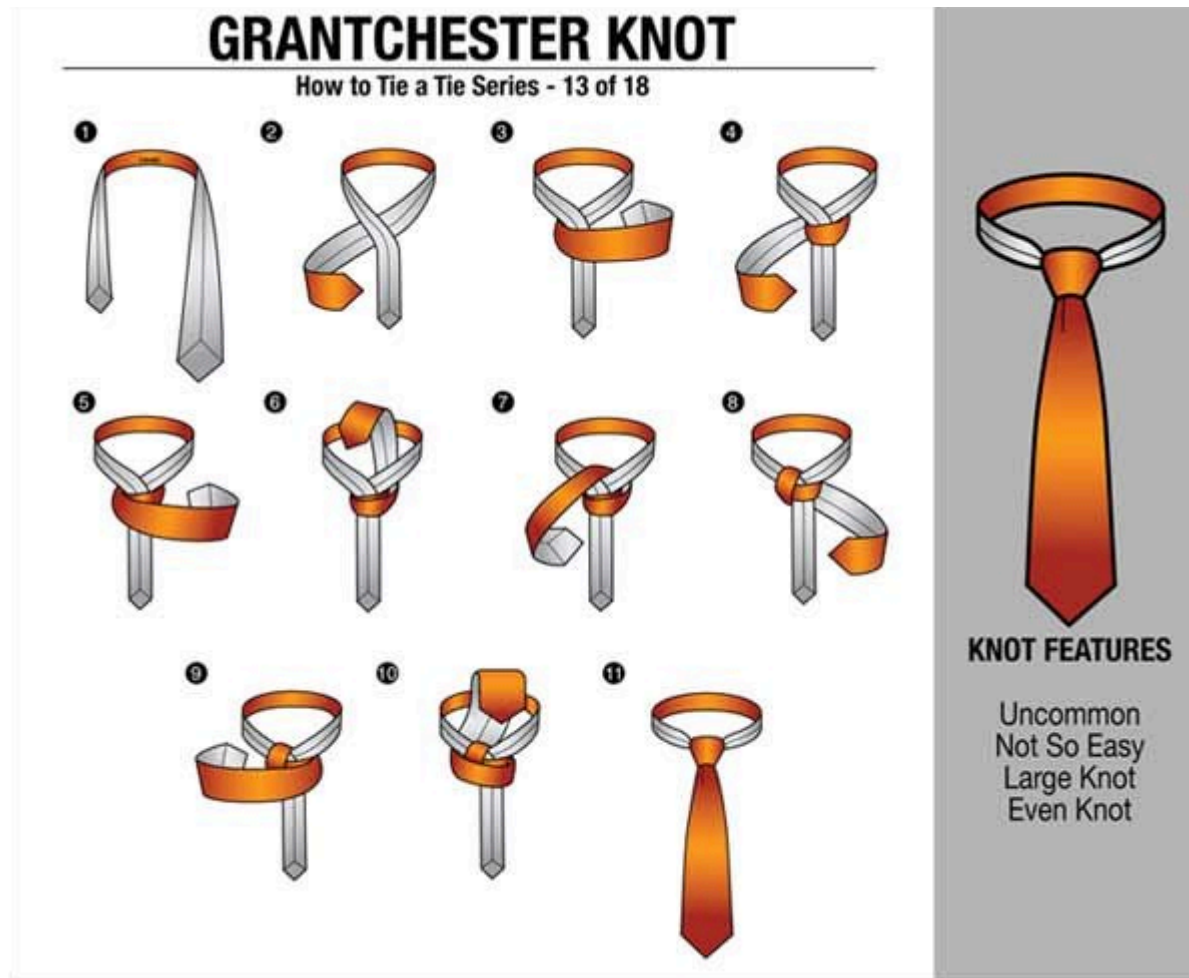
How to Tie a Tie Series - 12 of 18



KNOT FEATURES

Uncommon
Not So Easy
Medium Knot
Uneven Knot

13. Grantchester Knot



14. Victoria Knot



15.

Cafe

Knot

CAFE KNOT

How to Tie a Tie Series - 15 of 18



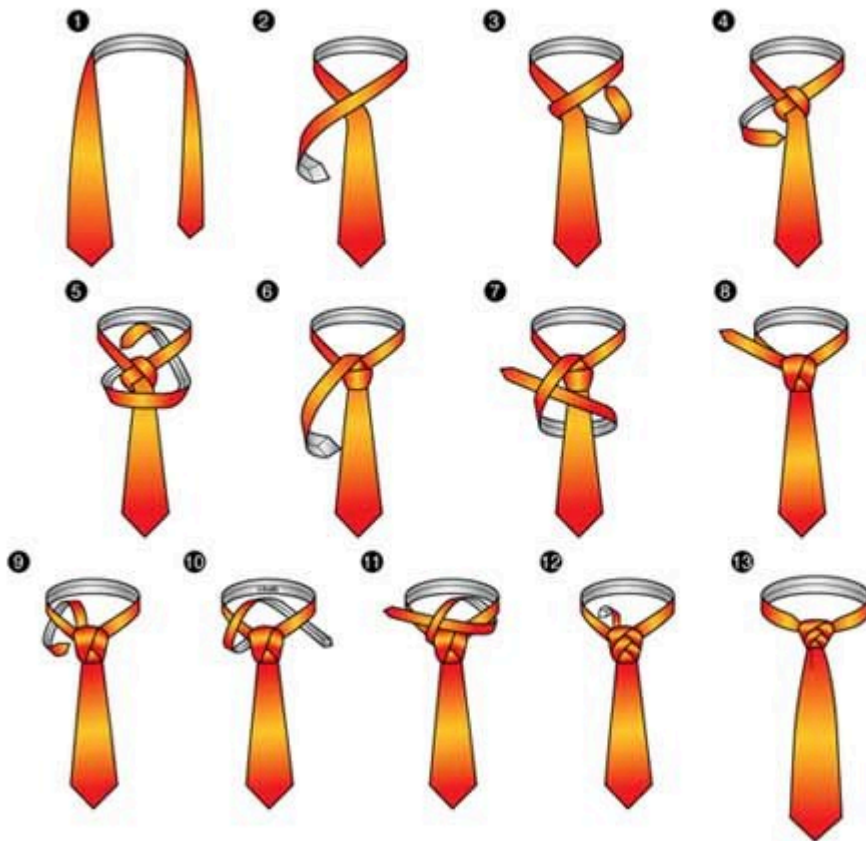
KNOT FEATURES

Uncommon
Difficult to Tie
Medium Size Knot
Even Knot

16. Eldredge Knot

ELDREDGE TIE KNOT

How to Tie a Tie Series - 16 of 18



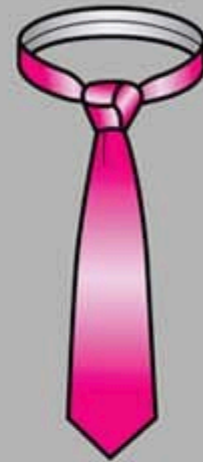
KNOT FEATURES

Uncommon
Difficult to Tie
Medium Size Knot
Even Knot

17. Trinity Knot

TRINITY KNOT

How to Tie a Tie Series - 17 of 18



KNOT FEATURES

Uncommon
Difficult to Tie
Medium Size Knot
Even Knot

18. Christensen Knot



Sursa: architecturendesign.net

Cum sa Scapi de Cercurile Negre de Sub Ochi In Mod Natural

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Cercurile intunecate din jurul ochilor confera pielii un aspect imbatranit, obosit si inestetic. Deloc surprinzator,

din moment ce somnul insuficient si stresul se numara printre cele mai comune cauze ale acestor pete cu aspect neplacut.

Totusi, cercurile intunecate din jurul ochilor nu se datoreaza exclusiv lipsei de somn si stresului cotidian. Aceste imperfectiuni cosmetice inofensive, dar inestetice, pot aparea si pe fondul unui somn profund si odihnitor, respectiv al unui stil de viata CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Cheagul cu Lamaie Intareste Sistemul Imunitar si Topeste Grasimile in Exces

Un articol de Cristian Iacov

Cheagul este un produs lactat care se obtine in timpul prepararii branzei. Acesta este folosit ca un remediu pentru imbunatatirea sanatatii globale de secole.

Pe langa beneficiile sale, atunci cand este combinat cu lamaia, se va crea un puternic remediu ce se poate utiliza in tratarea diverselor afectiuni, astfel:

- Eliminarea stresului
- Imbunatatirea procesului de digestie
- Stimularea pierderii in greutate
- Reglarea colesterolului

Cum se pregateste cheagul cu lamaie?

1. Se fierbe CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Nu o sa-ti vina sa crezi ce poti face cu Ouale. 16 Intrebuintari Neobisnuite!

Un articol de Cristian Iacov

Oul este un element extrem de util in afara de bucatarie, atat pentru uz casnic cat si pentru regimul de ingrijire a frumusetii. Fie ca doriti sa va faceti un tratament facial sau o cafea trebuie sa luati in considerare aceste 16 utilizari neobisnuite pentru oua atunci cand sunteti in cautarea de a pastra in casa solutii rapide, usoare si ieftine.

1. Sampon

Ouale sunt bogate in proteine si, prin urmare, constituie un tratament bun pentru par. Bateti un ou si apoi rulati-l prin par cu degetele, CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Miraculosul

Turmeric

(Curcuma) – Un Medicament Universal Folosit In Tratatamentul Multor Boli

Un articol de Cristian Iacov

Curcuma este o planta din familia ghimbirului. Proprietatile medicinale ale turmericului sunt utilizate in medicina de mai mult de 4000 de ani pentru a trata un spectru larg de boli. Medicina populara si stiinta moderna sunt, de asemenea, pline de lauda la adresa acestei plante miraculoase.

Medicina Ayurveda – explica proprietatile de vindecare ale curcumei – gustul intens al acestei plante ucide microbii si paraziti, distruge depozitele de mucus, arde grasimile, elimina toxinele, stimuleaza **CITESTE IN CONTINUARE**

Sursa: secretele.com

Coaste de porc la cuptor (Reteta Video)

Marinate indelung, fierte inainte, facute pe gratar sau inabusite, coaste de porc sunt definitia unei fripturi aromate si gustoase. Sunt minunate pe gratar, dar cand vremea nu ne lasa sa le savuram in tihna, putem obtine rezultate impresionante daca le gatim si in cuptorul aragazului. Reteta de coaste de porc la cuptor se pregateste repede, cu ingrediente accesibile si este extrem de simpla! Deci sa

treceam la treaba...si apoi sa savuram...

INGREDIENTE

- 1,5 kg. de coaste de porc spalate si sterse
- 2 linguri cu mustar
- 2 linguri cu pasta de rosii
- 2 linguri cu miere
- 4 linguri cu ulei de masline
- 3 catei de usturoi curatati si spalati
- 10 fire de cimbru spalate
- 6-7 frunze de salvie spalate
- o lingurita cu boia
- sare
- piper proaspat macinat
- 4-5 linguri cu apa

Portii: 5

Timp de preparare: sub 90 minute

MOD DE PREPARARE RETETA Coaste de porc la cuptor (Reteta Video):

Tocam marunt cimbrul si frunzele de salvie. Pregatim un bol mare in care zdrobim usturoiul. Adaugam salvia, cimbrul, mustarul, pasta de rosii, mierea, uleiul de masline si boia de ardei. Condimentam cu sare si piper macinat. Amestecam bine toate ingredientele pana cand obtinem o pasta.

Punem coastele de porc in pasta pregatita si le ungem bine. Acoperim bolul cu folie alimentara si il introducem in frigider pentru minim o ora.

Dupa aproximativ 45 de minute, incalzim cuptorul si pregatim o tava. Scoatem carnea de porc marinata din frigider si o asezam in tava pregatita.

Turnam peste bucatile de coaste cele 4-5 linguri cu apa si punem deasupra sosul ramas in bol. Introducem tava in cuptorul incalzit pentru aproximativ 45 de minute.

Din cand in cand scoatem vasul din cuptor si stropim coastele de porc cu sosul din tava.

Cand carnea este rumenita si se indeparteaza usor de pe oase, scoatem preparatul din cuptor.

Servim cald, cu garnitura preferata si salate sau muraturi.

POFTA BUNA!

Sursa: bucataras.ro

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