



ЛУКОВАЯ ШЕЛУХА, ОВЕС и РЕДЬКА



ТРИ СЕКРЕТА
ЗДОРОВЬЯ
ОТ РУССКИХ ЗНАХАРЕЙ

Знахарь (АСТ)

Григорий Михайлов

**Луковая шелуха, овес
и редька. Три секрета
здоровья от русских знахарей**

«Издательство АСТ»

2015

УДК 615.322
ББК 53.52

Михайлов Г.

Луковая шелуха, овес и редька. Три секрета здоровья от русских знахарей / Г. Михайлов — «Издательство АСТ», 2015 — (Знахарь (АСТ))

Автор множества книг о целебных растениях, в том числе бестселлера «Целительные свойства имбиря», Григорий Михайлов делится с читателями новыми рецептами из своей коллекции! Лук, редька и овес – настоящие природные лекари: простые, дешевые, безопасные и доступные! Их целебные свойства проверены веками и подтверждаются медицинскими исследованиями. Средства от простуды и гриппа, от грибковых и аллергических заболеваний, для укрепления иммунитета и сохранения красоты кожи, для нормализации работы пищеварительной и сердечно-сосудистой систем – все это вы получите без труда из этих трех продуктов, которые всегда под рукой. Рецепты из луковой шелухи – особенно полезны, а потому очень ценны!

УДК 615.322

ББК 53.52

© Михайлов Г., 2015

© Издательство АСТ, 2015

Содержание

Предисловие	6
Глава 1	8
Немного истории	8
Состав лука	9
Польза лука	11
Как приготовить лекарство из лука	12
Луковый сок	12
Луковая мякоть	12
Запеченный лук	12
Луковый настой	12
Спиртовая вытяжка	12
Противопоказания при применении лука	13
Взаимодействие лука с лекарствами	14
Ценность луковой шелухи	14
Действие луковой шелухи	15
Как приготовить лекарство из луковой шелухи	16
Настойка	16
Настой	16
Отвар	16
Экстракт	16
Масло	16
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Григорий Михайлов

Луковая шелуха, овес и редька. Три секрета здоровья от русских знахарей

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Данное издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом

© Михайлов Г., 2015

© ООО «Издательство АСТ», 2015

* * *

Книги Михайлова – настоящее антикризисное средство! Весьма способствуют сохранению финансов: все средства доступные, дешевые, а самое главное – эффективные!

Ирина Д., Волгоград

Замечательная книга для всех, кто хочет не просто избавиться от какой-либо болезни, но и вести здоровый образ жизни! Содержит рецепты лекарственных средств и множество кулинарных рецептов для ежедневного здорового питания.

Елена С., Москва

Спасибо моему любимому автору – Григорию Михайлову! «Вместе» мы победили гастрит, подагру и варикозные язвы! Я как будто скинул лет 20 – бодр, весел и здоров!

Юрий Ф., Санкт-Петербург

Книга для тех, кто хочет порадоваться не только внукам, но и правнукам!

Марина Романовна, Тольятти

Все книги Михайлова – это не только сборники уникальных народных рецептов, проверенных практикой. Их еще и очень интересно читать – столько занимательных фактов, экскурсов в историю медицины и кулинарии... И эта книга – не исключение. Прекрасный подарок для тех, кто хочет не только укрепить свое здоровье, но и расширить кругозор.

Даниил Б., Калининград

Предисловие

Лук, редька и овес – природные лекари

Без лука не обходится ни один дом. В холодное время года частым гостем на нашем столе бывает редька, а овсяная кашка горячо любима не только жителями Туманного Альбиона, но и россиянами. Все три продукта не являются родственниками в прямом смысле этого слова, но главное их родство базируется на огромной пользе, которую они способны приносить человеческому организму, обеспечивая и лечение, и профилактику различных недугов. Об этом издавна ведали русские знахари, применяя лук или его шелуху, редьку и овес в народной медицине.

Можно сказать, что все три продукта – настоящие природные лекари: простые, дешевые, безопасные и доступные!

Начнем с нашего хорошего знакомого лука. История его теряется в глубинах веков. «Окультурен» он был примерно четыре тысячи лет назад в Азии, на территории современных Ирана или Афганистана.

Изображения лука были найдены на стенах древнеегипетских пирамид, лук упоминается в клинописях древних шумеров, в Библии, а в Древнем Риме он выращивался для нужд армии специально обученными людьми. Издавна лук считался универсальным лекарем, и современная медицина подтвердила его уникальные свойства.

Но не всем этот овощ приходится по вкусу, хотя каждый знает, насколько лук полезен: в нем много самых разных витаминов, а фитонциды лука убивают микробы. Однако чаще всего лук мы используем только на 30–40 %, ведь зачастую полезнейшую его часть, ту, что может принести исцеление от многих болезней, а именно луковую шелуху, мы попросту выбрасываем.

Но именно луковая шелуха содержит гораздо больше минералов, чем сам лук. Она является профилактикой гриппа и ряда вирусных инфекций, укрепляет зубы и десны, избавляет от грибковых болезней, мозолей, перхоти, фурункулов, бородавок, дерматитов и многих других кожных заболеваний. Средства из шелухи обычного репчатого лука используют для профилактики и лечения бронхитов и бронхиальной астмы, для восстановления мужской силы, нормализации менструального цикла. Луковая шелуха полезна при воспалении мочевыводящей системы и запорах. Луковые настои позволяют навсегда забыть об аллергии, положительно влияют на сердечно-сосудистую систему. Доказано, что с помощью луковой шелухи можно оздоровить весь организм, произвести его очистку. Важно, что луковая шелуха не имеет практически никаких противопоказаний и побочных действий!

Хороши луковая шелуха и лук и для комнатных растений. Достаточно просто полить цветы отваром луковой шелухи, чтобы они ожили на глазах. Благодаря бактерицидному действию луковая шелуха незаменима в дачных работах. Она убивает патогенную микрофлору в почве, помогает в борьбе с вредителями растений. Луковая шелуха также является самым эффективным средством для зимнего хранения овощей.

Кроме того, луковую шелуху можно использовать как краситель для пищевых продуктов, ткани и шерсти. А с помощью лукового сока легко избавиться от пятен на одежде и обуви, снять ржавчину с металлических изделий, например, с ножей, вилок, ложек, почистить стекла и старые зеркала.

А в кулинарии лук и луковая шелуха придают блюдам не только изысканный аромат и вкус, но и делают их полезными, насыщая витаминами и фитонцидами.

Прекрасная редька пришла к нам из Китая и Египта. Из Египта корнеплод попал в Древнюю Грецию, затем в Европу. В России из черной редьки готовили традиционное русское блюдо тюрю.

Мы вспоминаем о черной редьке чаще всего осенью и зимой. К этому времени она созревает и становится настоящим кладом веществ, которые помогают оставаться здоровыми и в самое неблагоприятное время года. Редька не может похвастать огромным количеством витаминов, но зато ее витаминный состав идеально сбалансирован.

Недаром говорят, что редька – врачеватель тридцати болезней: стимулирует выработку желудочного сока, устраняет застойные явления, усиливает аппетит, помогает при болезнях печени, чистит печень и почки, способствует растворению камней при желчекаменной, мочекаменной болезнях. Этот овощ – природный антибиотик. Ферменты редьки способны растворять клеточные стенки ряда бактерий, поэтому редечный сок помогает лечить незаживающие раны, язвы, гнойные воспалительные процессы. Корнеплод выводит из организма лишний холестерин, поэтому при атеросклерозе черная редька является первейшим продуктом.

Для повышения жизненного тонуса хороши сок, отжатый из корнеплодов и листьев сырой редьки, но обязательно вместе с морковным соком, чтобы не раздражать слизистые оболочки ЖКТ.

И, наконец, «овсянка, сэр». Овес родом с северо-востока Монголии и Китая. Его лечебные свойства известны с незапамятных времен.

Овсяная каша – очень калорийный продукт, она помогает быстро восстановить силы и получить заряд энергии организму на целый день. Не зря овсяные хлопья называют в нашей стране «Геркулес»!

Глава 1

Лук и луковая шелуха

Немного истории

Лук (*Allium*) – растение родом из Средней Азии и Афганистана, относящееся к семейству лилейных. Об уникальных свойствах лука было известно уже в глубокой древности.

Древние шумеры активно выращивали лук вместе с другими ценными корнеплодами и использовали его в качестве основного продукта питания.

В Древнем Египте лук и луковую шелуху использовали для ритуальных целей. Растение помещали в гроб вместе с умершим, так как оно должно было пригодиться в потустороннем мире. Интересно, что во время строительства знаменитых пирамид рабам для восстановления сил обязательно выдавалось определенное количество корзин с луком.

В Древнем Риме лук должен был входить в обязательный рацион воина, так как считалось, что он придает мужество.

Гиппократ назначал сок лука с медом как мочегонное и противовоспалительное средство.

В Средние века неочищенный лук использовали как талисман от сглаза, порчи и колдовства, а также от стрел и меча.

Вместе с первыми экспедициями Колумба корнеплод попал в Америку. Колонисты стали выращивать его на острове Изабелла и быстро оценили свойства лука, распространив по всей Северной и Южной Америке.

Считается, что в нашу страну лук был завезен в XII веке. На Руси его ели в больших количествах, так как он был признан лучшим средством от тифа и чумы. А луковую шелуху нередко использовали для окрашивания яиц и тканей.

В настоящее время общее признание среди сторонников народной медицины заслужил не только репчатый лук, но и луковая шелуха. Она стала считаться одной из самых распространенных средств лечения различных недугов.

«Лук, в твоих объятиях проходит всякая болезнь». Так говорили о луке на Востоке.

Мы будем говорить здесь о луке репчатом. Однако в мире известно множество видов лука, около 500. Все они различаются характером ветвления, спецификой вкуса, способом возделывания, цветом луковиц. Ни один вид лука не лучше другого, каждый по-своему хорош.

Состав лука

Целебные свойства лука обусловлены его химическим составом.

В состав лука входят:

Витамин С (или аскорбиновая кислота)

В репчатом луке, так же, как и в луковой шелухе, содержится в достаточном количестве (в 100 г от 10 до 33 мг). Витамин С является антиоксидантом, нормализует окислительно-восстановительные процессы, стимулирует иммунную систему, оказывает положительное влияние при различных заболеваниях (простудных, онкологических и т. д.).

Витамины группы В

В репчатом луке, так же, как и в луковой шелухе, содержатся в большом количестве. Витамины группы В отвечают за процессы свертываемости крови, улучшают умственную работоспособность, нормализуют работу сердца, нервной системы, мышц, оказывают положительное воздействие при кожных заболеваниях.

Витамин D

Влияет на общий обмен веществ в организме, необходим для свертывания крови, нормального роста костей, тканей, работы сердца, функционирования нервной системы. Витамин D оказывает положительное влияние при лечении глазных болезней, артрита, рахита.

Витамин Е

Содержится в луке, так же, как и в луковой шелухе, в достаточном количестве.

Витамин Е участвует в регенерации кожного покрова, отвечает за здоровое состояние кожи, замедляет процессы старения и увядания. Он предупреждает появление сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, очищает капилляры и сосуды, понижает уровень холестерина в организме.

Витамин РР (или никотиновая кислота)

Содержится в репчатом луке, так же, как и в луковой шелухе. Он необходим для защиты организма от сердечнососудистых и желудочно-кишечных заболеваний, гипертонии, сахарного диабета. Витамин РР регулирует работу щитовидной железы и надпочечников, помогает снизить уровень холестерина, сжечь лишний жир. Кроме того, этот витамин избавляет от бессонницы и мигрени.

Витамин Н (биотин)

Содержится в луке в небольшом количестве. Витамин Н необходим для борьбы с желудочно-кишечными, кожными заболеваниями, предотвращения гипертонии.

Минеральные соли кальция, калия, натрия, магния, фосфора, железа

Укрепляют суставы, кости, сердце, улучшают иммунитет и общее состояние здоровья.

Селен

Улучшает иммунитет организма, предотвращает процессы образования злокачественных опухолей.

Йод

Необходим для нормального обмена веществ в организме, правильного функционирования щитовидной железы, укрепления иммунитета. Йод улучшает состояние кожи, ногтей и волос, предотвращает быструю утомляемость и головные боли.

Каротин

Содержится в луке, так же, как и в луковой шелухе. Он укрепляет организм, предотвращает сердечно-сосудистые и желудочно-кишечные заболевания.

Сера

Она определяет специфический запах лука. Сера необходима для строительства костных и кожных тканей, а также волос. Она очищает и обеззараживает кровь, оказывает полезное

действие при лечении мигрени, бронхита, ревматизма, заболеваний печени и кожных болезней.

Фитонциды

Содержатся в луке, так же, как и в луковой шелухе. Они необходимы организму для устранения патогенной микрофлоры, убивают стрептококки, дизентерийную, дифтерийную, туберкулезную палочку.

Протеин (белок)

Необходим для восстановления и роста мышечных тканей, нормального питания всех органов и систем.

Углеводы (фруктоза, сахароза, мальтоза)

Необходимы для восстановления энергетических затрат организма, питания тканей головного мозга, клеток печени и мышц. Они принимают участие в иммунных процессах.

Полисахарид инулин

Улучшает обмен веществ, поддерживает нормальную микрофлору в кишечнике и его работу, снижает уровень холестерина.

Слизи

Обладают обволакивающими свойствами, оказывают положительный эффект при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, дыхательных путей, отравлений.

Польза лука

Старая пословица гласит: «Кто посеет лук, тот избавится от мук».

Спектр лечебного действия лука также очень широк. Он включает в себя:

- Иммуностимулирующее действие. Лук повышает иммунитет, защищает организм от вирусных и простудных инфекций, предотвращает неблагоприятное воздействие внешних факторов на организм.

- Противомикробное, бактерицидное действие. Содержание в луке фитонцидов позволяет бороться с простудными и вирусными инфекциями верхних дыхательных путей, ангина, гриппа. Кроме того, лук снимает воспалительные процессы на коже и слизистых полостях.

- Антиатеросклеротическое действие. Подобно луковой шелухе, лук препятствует образованию тромбов, очищает сосуды и капилляры.

- Антигистаминное действие. Лук повышает тонус и секрецию желудочно-кишечного тракта, а также предотвращает появление кишечных паразитов. Кроме того, лук пробуждает аппетит и стимулирует пищеварение.

- Мочегонное действие. Лук способствует удалению из тела лишней жидкости, снимает отеки, предотвращает заболевания почек.

- Желчегонное действие. Лук очищает от шлаков и токсинов, плохо переварившихся отходов пищи, которые откладываются в клетках тела. Он открывает закупорки в печени и чистит кровь.

- Ранозаживляющее действие. Полезные вещества в луке уничтожают микробы и способствуют быстрой регенерации кожи.

- Возбуждающее, тонизирующее действие. Лук повышает половое возбуждение, мужскую и женскую потенцию.

- Сахароснижающее действие. Лук улучшает процессы обмена веществ, понижает уровень сахара в крови, является прекрасным средством для профилактики и лечения сахарного диабета.

- Успокаивающее действие. Лук положительно влияет на работу нервной системы, избавляет от стрессов и бессонницы, снимает хроническую усталость.

Как приготовить лекарство из лука

Луковый сок

Чтобы приготовить луковый сок, необходимо измельчить или протереть на терке несколько луковиц. Мякоть отжать через марлю. Свежевыжатый сок можно хранить несколько дней в холодильнике. Его используют как для приема внутрь в борьбе с простудными заболеваниями, заболеваниями дыхательных путей, желудочно-кишечного тракта, так и наружно в виде примочек для лечения язвочек, гнойных ран, фурункулов.

Луковая мякоть

Для приема внутрь можно использовать как свежие головки лука, так и луковую кашицу. Для приготовления луковой кашицы лук нужно протереть на терке. Мякоть поместить в темную стеклянную посуду и хранить в холодильнике. Кашицу можно применять наружно в виде втираний, масок, примочек.

Запеченный лук

Несколько очищенных головок репчатого лука необходимо поместить на противне в духовку и запечь. Затем лук остудить и растолочь. Полученную кашицу помещают в марлю и применяют наружно на больные места (фурункулы, обморожения, язвы и т. д.).

Луковый настой

Для приготовления настоя необходимо измельчить луковицу средней величины и залить кашицу 1 стаканом кипяченой воды. Настаивать в течение 8–12 часов при комнатной температуре.

Полученное лекарство применяют внутрь для борьбы с глистами, лечения простудных заболеваний, а также наружно в виде протираний для улучшения состояния кожи.

Спиртовая вытяжка

Чтобы приготовить вытяжку, необходимо измельчить 2 головки репчатого лука и залить их 1 стаканом водки или спирта 50–70°. Смесь поместить в стеклянную посуду и настаивать в течение 7–10 дней при комнатной температуре. Затем процедить. Хранить природное лекарство нужно в темном прохладном месте. Настойку можно использовать для приема внутрь небольшими дозированными количествами, а также в разбавленном виде для полосканий и промываний.

Противопоказания при применении лука

Несмотря на множество полезных качеств, препараты из лука, к сожалению, имеют ряд противопоказаний. Их следует учитывать при лечении.

С осторожностью лекарство из лука следует принимать при:

- ишемической болезни сердца и нарушениях сердечного ритма,
- гастрите с повышенной кислотностью,
- язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки,
- панкреатите (воспалении поджелудочной железы),
- воспалении почек,
- бронхоспазмах.

Поэтому прежде чем заниматься самолечением, обязательно проконсультируйтесь со своим врачом!

Взаимодействие лука с лекарствами

Лук является эффективным не только как самостоятельное лекарство, но и в комплексе с другими народными и медицинскими препаратами. Дело в том, что биологически активные вещества, содержащиеся в луке, быстро усваиваются, а потому не снижают действие других лекарств. Единственное, что в процессе лечения не следует употреблять спиртные напитки.

Ценность луковой шелухи

Об уникальных лечебных свойствах луковой шелухи сегодня мало кто знает. Нередко мы выбрасываем ее в мусорную корзину, даже и не подозревая, какое богатство в наших руках. А между тем этот природный продукт даст фору многим лекарственным препаратам.

Луковая шелуха отличается богатым составом различных биологически активных компонентов.

В нее входят:

Витамин Е, который является сильным антиоксидантом, замедляет процессы старения, предупреждает накопление в организме холестерина, является профилактикой рака, диабета и сердечно-сосудистых заболеваний. Кроме того, он усиливает активность витамина А.

Витамин С (или аскорбиновая кислота), необходимый для предотвращения авитаминоза, простудных и вирусных заболеваний, поддержания иммунитета, здоровья десен и зубов, сосудистых тканей, костей и хрящей.

Витамин РР (или никотиновая кислота): поддерживает нормальную работу системы пищеварения, улучшает обмен углеводов, устраняет желудочно-кишечные расстройства, нормализует деятельность коры больших полушарий мозга, предотвращает сердечно-сосудистые заболевания.

Витамины группы В: помогают снять умственное и нервное перенапряжение, способствуют быстрому восстановлению организма после перенесенных заболеваний и операций, предотвращают преждевременное старение, оказывают положительный эффект при лечении кожных болезней, улучшают работу печени, состояние волос и ногтей.

Каротин, способствующий укреплению всего организма, являющийся профилактикой сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний.

Кверцетин: природное биологически активное соединение, относящееся к группе витамина Р. Оно является противовоспалительным бактерицидным, иммуностимулирующим и противоаллергическим средством, ускоряет процесс заживления ран и фурункулов, улучшает эластичность и упругость кровеносных сосудов, предотвращает инфаркты и инсульты, оказывает положительное действие в борьбе с заболеваниями почек. Кверцетин препятствует образованию язв и кровоизлияний на стенках желудка и кишечника, нормализует функционирование нервной, иммунной и эндокринной систем. Кроме того, согласно научным исследованиям, кверцетин останавливает развитие лейкемии и рост опухолей молочной железы, предстательной железы, толстого кишечника, легкого, мозга. Он также усиливает действие витамина С.

Фитонциды, которые обладают противомикробными свойствами, помогают бороться с простудными и инфекционными заболеваниями, останавливают воспалительные процессы при заболеваниях ларингитом, ангиной.

Соли калия, кальция и железа: регулируют водносолевой баланс, оказывают мочегонный и легкий слабительный эффект.

Действие луковой шелухи

Спектр лечебных свойств, которыми обладает луковая шелуха, весьма широк. Она обеспечивает:

- иммуностимулирующее действие: повышает выработку антител, защищает организм от внешних неблагоприятных факторов.
- противопростудное действие: является отличным профилактическим и лечебным средством при простуде даже у детей. Особенно полезна она в холодную погоду, при эпидемиях.
- антисептическое и противовоспалительное действие: антибактериальные свойства луковой шелухи позволяют ликвидировать воспалительные процессы в ротовой полости, например, при стоматите, освежить дыхание. Кроме того, луковая шелуха препятствует образованию в организме воспалительных веществ, вызывающих боль, при ревматоидном артрите, артрозе, колите.
- антиоксидантное действие: защищает мембраны клеток от вредных эффектов или реакций, которые вызывают избыточное окисление в организме, замедляет процесс старения клеток кожи, миокарда, роговицы глаза.
- тонизирующее действие: луковая шелуха придает тонус сосудам, бодрит.
- противоаллергическое действие: препятствует выработке веществ, провоцирующих аллергию – гистамина и серотонина, снимает отеки.
- антиатеросклеротическое действие: вещества, содержащиеся в луковой шелухе, способствуют нормализации состояния кровеносных сосудов, снижают риск образования тромбов.
- кардиотоническое действие: улучшает тонус сердечной мышцы.
- стимуляцию кровообращения: усиливает процессы кровообращения, а следовательно, улучшает работу всех органов и систем.
- очистительное действие: является мочегонным средством, избавляет от шлаков и токсинов.
- антихолестериновое действие: помогает выводить излишки холестерина и препятствует его накоплению.
- гипотензивное действие: способствует нормализации артериального давления (особенно при ишемической болезни сердца, стенокардии).
- регенеративное действие: улучшает регенерацию кожи и ускоряет процесс заживления ран, ссадин, фурункулов, ожогов, обморожений.
- антивозрастное действие: лук – прекрасное средство от старения.
- онкопротекторное действие: содержащийся в луковой шелухе кверцетин ускоряет выработку ферментов, которые противодействуют злокачественному росту клеток рака.
- косметологическое действие: луковая шелуха улучшает эластичность кожи, уменьшает морщины, позволяет избавиться от возрастных недостатков кожи.

Как приготовить лекарство из луковой шелухи

В народной медицине луковая шелуха используется для целого ряда лечебных и витаминных препаратов. Технология их приготовления в домашних условиях очень проста. Для этого не нужно обладать специальными навыками или особыми приспособлениями. Для приема внутрь можно изготавливать настои, отвары, спиртовые настойки, экстракты. Для наружного применения подходит масло и мазь из луковой шелухи.

Настойка

Чтобы приготовить настойку из луковой шелухи, потребуется водка или спирт 50–70°. Луковую шелуху нужно измельчить, затем поместить в стеклянную посуду и залить спиртом или водкой в соотношении 1: 5–7. Смесь настаивать в течение 7–10 дней. Затем процедить. Хранить природное лекарство нужно в темном прохладном месте. Настойку можно использовать для приема внутрь небольшими дозированными количествами, а также для полосканий и промываний.

Настой

Чтобы приготовить настой, 2 ст. л. луковой шелухи необходимо залить 400 мл горячей кипяченой воды. Смесь проварить на водяной бане в течение 15 минут. Затем настой остудить, процедить и поместить в темное прохладное место на 5–8 часов. Такое лекарство принимается внутрь в дозированных количествах для лечения различных заболеваний внутренних органов и систем.

Для наружного использования (примочек, компрессов, промываний и полосканий) настой делают более концентрированным. Для этого смешивают 1 часть луковой шелухи и 3 части кипятка.

Отвар

Чтобы приготовить отвар, луковую шелуху заливают холодной водой в соотношении 1: 10. Смесь кипятят на слабом огне в течение 15–20 минут, затем охлаждают, процеживают и разбавляют кипяченой водой. Отвар применяется как внутрь, так и наружно в виде примочек и промываний.

Экстракт

Чтобы приготовить экстракт, сначала готовят настой из луковой шелухи. Затем его кипятят на слабом огне, пока не выпарится половина объема. Полученный экстракт остужают и хранят в темном прохладном месте. Применяют такое лекарство внутрь только в строго дозированном количестве для борьбы с различными заболеваниями внутренних органов и систем.

Масло

Чтобы приготовить из луковой шелухи масло, достаточно ее измельчить и залить растительным, касторовым или оливковым маслом. Смесь следует поставить в темное прохладное место и настаивать в течение 2–3 недель. После чего масло процеживают через марлю и пере-

ливают в темную стеклянную посуду. Хранить подобное лекарство желательно в холодильнике. Масло используется при заболеваниях кожи, грибке, мозолях, фурункулах и т. д.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.