

Od Kaszuba



Przez całe lata była lekceważona i po prostu bez pardonu wylewana. A niesłusznie. Serwatka to cenny składnik mleka.

Co prawda nasze babcie traktowały ją z szacunkiem – używano jej na przykład jako wygładzającej maseczki na twarz i ręce czy środka na kłopoty żołądkowe – ale w wielkich zakładach mleczarskich nikt o serwatce nie myślał. Teraz zainteresowali się nią naukowcy. Przeprowadzili badania i doszli do wniosku, że serwatka ma niezwykle właściwości lecznicze.

Bioaktywne składniki jej białek mogą leczyć nadciśnienie, chronią i wzmacniają błonę śluzową żołądka, działają antywirusowo, antybakteryjnie i przeciwgrzybicznie. W dodatku mogą regulować wydzielanie insuliny, pomogą więc cukrzykom. Testuje się też serwatkowy preparat wspomagający gojenie ran. Wyniki są obiecujące. Na razie więc, zanim będziemy mogli kupić odpowiednią tabletkę w aptece, nie wylewajmy serwatki do zlewu. Możemy domieszać ją do kefiru czy jogurtu albo użyć jej jako naturalnego toniku do

suchej skóry. Efekt będzie fantastyczny.

