

چقدر در مورد پنی سیلین روسی می دانید؟

حقایق جالب زیادی در مورد سیر وجود دارد که نمی‌دانید. به عنوان مثال، آیا می‌دانستید که سیر در واقع یک گل است؟ سیر گیاهی پیازدار و گلدار از خانواده سوسن است.

ابات هومر در ادیسه در مورد سیر صحبت می‌کند. در خیلی از کشورهای جهان از سیر برای طعم دادن به غذاها استفاده می‌شود.

شرط می‌بندیم حقایق جالب زیادی در مورد سیر وجود دارد که نمی‌دانستید. به عنوان مثال، آیا می‌دانستید که سیر در واقع یک گل است؟ بویژه سیر گیاهی پیازدار و گلدار از خانواده سوسن است. اگرچه بین یک دسته سیر و یک دسته نیلوفر تفاوت زیادی وجود دارد.

اما سیر یک غذای فوق العاده است که فواید بسیاری برای سلامتی دارد. مثل فوایدی که برای خون دارد. آنتی‌اکسیدان است. با سرطان مبارزه میکند و برای جلوگیری از سرماخوردگی خیلی کاربرد دارد.

همه کسانی که سیر خورده اند می‌دانند که بوی بسیار خاصی دارد. این بو از آنزیمی می‌آید که باعث ایجاد گوگرد می‌شود و بوی بسیار متمایز و تند را می‌سازد که ساعت‌ها به دستانتان می‌چسبند.

قرن‌هاست که مردم از برده گرفته تا اشراف و خدایان یونانی از سیر استفاده کرده و از سیر لذت می‌برند. در واقع، مورخان تخمین می‌زنند که سیر برای ۸۰۰۰ سال مورد استفاده قرار گرفته است!

سیر یک گل است

برای قرن‌ها، مردم در مورد اینکه سیر واقعا چیست سردرگم بوده اند. آیا این یک گیاه است؟ یا شاید ادویه؟ در واقع عضوی از خانواده سوسن است. سیر پیازی است که اتفاقاً ریشه یک گل است.

سیر انواع زیادی دارد

وقتی وارد یک فروشگاه مواد غذایی می‌شوید، ممکن است چند نوع مختلف سیر را ببینید. برخی سفید، برخی بنفش و برخی بزرگ هستند. با این حال، در واقع بیش از ۴۵۰ نوع سیر در جهان وجود دارد و همه

آنها در غذا استفاده نمی شوند.

سیر حاوی بسیاری از مواد مغذی است

سیر علاوه بر اینکه یک غذای فوق العاده با خواص سلامتی فراوان است، سرشار از ویتامین ها و مواد معدنی نیز هست. سیر حاوی مس، آهن، منیزیم، روی و سلنیوم است. همچنین دارای ویتامین های C و B به همراه فیبر و اسیدهای آمینه است.

سیر به عنوان یک آنتی بیوتیک استفاده می شود

اگر به شواهد بیشتری در مورد مفید بودن سیر برای شما نیاز داشتید، زمانی لقب "پنی سیلین روسی" را داشت.

حقیقت سیر از زمانی ناشی می شود که پزشکان آن را در جنگ جهانی دوم به سربازان می دادند، زمانی که آنها بیمار شدند و دارو کمیاب بود. سیر نیز مانند آسپرین به عنوان رقیق کننده خون عمل می کند.