

5 Ιουλίου 2016

## Έχεις λεμόνι; Έχεις τα πάντα!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Χυμώδες, αρωματικό και πολύ όξινο, το λεμόνι μπορεί να αναδείξει τη γεύση σε γλυκά και αλμυρά τρόφιμα, αλλά σχεδόν πάντα να παίζει υποστηρικτικό ρόλο στην κουζίνα.

Σταματήστε να τα υποβιβάζετε και δώστε σε αυτά τα φρούτα του χειμώνα λίγη προσοχή!

Λευκάνετε τα νύχια σας

Έχετε θαμπά και κιτρινισμένα νύχια; Απλά στύψτε ένα λεμόνι σε ένα μικρό πιάτο, καθαρίστε τα νύχια σας και βυθίστε τα σε χυμό λεμονιού για ένα λεπτό ή δύο. Η ίδια τεχνική χρησιμοποιείται και για να γίνουν τα νύχια ισχυρότερα, ιδιαίτερα αν προσθέσετε μια κουταλιά ελαιόλαδου.

Συντηρητικό τροφίμων

Κρατήστε τα κομμένα φρούτα και λαχανικά, όπως τα μήλα, τα αχλάδια, το

αβοκάντο και τις πατάτες φρέσκα, ρίχνοντας τους λίγο χυμό λεμονιού. Μπορείτε επίσης να ζωντανέψετε το πεσμένο μαρούλι με την εμβάπτιση του για μια ώρα σε ένα μπολ με κρύο νερό και το χυμό ενός λεμονιού.

Μειώστε τα σημεία ηλικίας και τις φακίδες

Εφαρμόστε το χυμό λεμονιού με ένα κομμάτι βαμβάκι μία φορά την ημέρα και με την πάροδο του χρόνου (μιλάμε για μήνες) μπορεί να φωτίσει λίγο.

Για τον πονόλαιμο

Κάντε γαργάρες με ένα κουταλάκι του γλυκού χυμό λεμονιού και 1/8 του φλιτζανιού ζεστό νερό για να βοηθήσει τον πρησμένο λαιμό και να σκοτώσει τα βακτήρια. Φτιάξτε ένα ζεστό τσάι που γίνεται με μια κουταλιά της σούπας μέλι και μια κουταλιά της σούπας χυμό λεμονιού.

Θεραπεία προσώπου

Εφαρμόστε με ένα κομμάτι βαμβάκι, λίγο χυμό λεμονιού στο πρόσωπο. Δρα ως στυπτικό, διώχνει τη λιπαρότητα και σφίγγει τους πόρους για μια ομαλότερη εμφάνιση. Ανακατέψτε αλάτι και χυμό λεμονιού σε ένα φυσικό απολεπιστικό.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)