

خانواده سلامت - معرفی بیش از 80 خواص نمک و سرکه

تدوین و گرد آوری: راشین گوهر شاهي

مشخصات کتاب الکترونیکی:

عنوان کتاب: خانواده سلامت - معرفی بیش از 80 خواص نمک و سرکه

گرد آوری و نویسنده: راشین گوهرشاهی

rashinegoharshahi@yahoo.com

www.rashingoharshahi.persianguig.com

ویراستاری، تدوین و انتشار توسط خانه کتاب ایران

www.tikbook.ir

خواص نمک و سرکه

- ۱- از محلول آب نمک به عنوان یک تسکین دهنده گلو درد، میکروب کش و دهان شویه استفاده کنید. یک قاشق چایخوری نمک را در 260 سی سی آب گرم حل کنید و دهان را با آن بشویید و یا غرغره کنید. به محلول آب نمک می توانید یک قاشق چای خوری جوش شیرین نیز اضافه کنید. به خاطر داشته باشید که محلول غلیظ آب نمک به غشاء مخاطی گلو آسیب میرساند.
- ۲- دستمالهای کثیف و لکدار را پیش از شستن در محلول آب نمک بخیسانید.
- ۳- نمک دور کننده مورچه ها و حلزونها میباشد.
- ۴- تازگی تخم مرغها را با ظرف حاوی محلول آب نمک 10 درصد (90 گرم آب و 10 گرم نمک) تشخیص دهید. تخم مرغهای سالم به زیر آب فرو رفته و به ته ظرف میروند در حالی که تخم مرغهای فاسد و کهنه روی آب غوطه ور باقی میمانند. اگر بصورت افقی شناور بمانند خیلی کهنه

و اگر بصورت عمودی شناور بمانند کمتر کهنه هستند.

5- هنگام آب پز کردن تخم مرغ اندکی نمک به آب اضافه کنید. نمک باعث میشود تخم مرغهای ترکدار در پوسته خود باقی بمانند. همچنین پوست کندن تخم مرغ های پخته آسانتر انجام خواهد گرفت.

6- ظروف از جنس مس، مفرغ و برنج را با مخلوط نمک، سرکه و آرد پرداخت و صیقلی کنید.

7- اندکی نمک به آب گلهای اضافه کنید تا ماندگاری آنها بیشتر گردد.

8- برای برطرف کردن لکه های جوهر بروی فرش، روی لکه ها نمک بپاشید تا نمک جوهر را بخود جذب کند.

9- چنانچه کف اتوی شما سیاه، چسبناک و کثیف شده آن را با یک دستمال آغشته به آب نمک پاک کنید. و یا روی یک کاغذ نمک بپاشید و اتوی داغ را روی کاغذ بکشید.

10- از مخلوط نمک و آبلیمو به عنوان یک لکه بر استفاده کنید. مثل پاک کردن شستیه های ارگ و پیانو.

11- با مخلوط نمک و نشاسته در اندکی آب یک بتونه برای پر کردن درزها و حفره های دیوار تهیه کنید.

12- برای برطرف کردن خستگی چشمها و پف کردگی آنها، چشمها را با محلول رقیق آب و نمک شستشو دهید. (1/2 قاشق چایخوری نمک در 300 سی سی آب ولرم).

13- با خمیر تهیه شده از نمک و جوش شیرین و اندکی آب مسواک بزنید. (یک قسمت نمک و دو قسمت جوش شیرین) هم دهان را خوشبو میکند و هم به عنوان یک ساینده و سفید کننده عمل میکند. برای سلامتی لثه ها نیز مفید است.

14- برای احیا و به حالت اول برگرداندن اسفنج (ابر) کهنه آن را در محلول آب و نمک بخیسانید.

15- میوه های پوست کنده همچون هلو، سیب و سیب زمینی را درون محلول رقیق آب و نمک نگه دارید تا رنگشان تغییر نکند.

16- افزودن نمک به آب نقطه جوش آب را بالا برده و زمان پخت را کاهش میدهد.

17- تمیز کردن اجاق گاز با مخلوط نمک و دارچین در اندکی آب بوهای نامطبوع اجاق گاز را برطرف

خواهد کرد.

18- هر گونه لکه روغن و چربی لباس را میتوان با محلول یک قسمت نمک در 4 قسمت الکل سفید برطرف کرد.

19- از نمک به عنوان یک ساینده و لایه بردار سود برید. پس از استحمام بدنتان را درحالی که هنوز خیس است با نمک ماساژ دهید تا سلولهای مرده پوستتان کنده شود. برای اینکار می توانید نمک را با اندکی روغن زیتون نیز مخلوط کنید.

20- آتش روغن آشپزی را با پاشیدن نمک به روی روغن فروشنانید. هرگز روی روغن آتش گرفته آب نریزید چرا که روغن داغ به اطراف پخش خواهد شد.

21- شمع ها را پس از خریداری درون محلول آب و نمک غلیظ به مدت چند ساعت بخیسانید. سپس آنها را خارج کرده و خشک کنید. با این کار شمعها دیگر آب نشده و اشک تولید نمیکنند.

22- برای ممانعت از رویش علف هرز میان آجرها و بلوکهای سیمانی محلول آب نمک بریزید.

23- برای پاک کردن روغن ماهیتابه ها اندکی نمک روی روغن بپاشید و سپس با یک کاغذ ماهیتابه را پاک کنید.

24- نقاط زنگ زده را با مخلوط نمک و آلبیمو مرطوب کنید و در مقابل آفتاب قرار دهید تا خشک گردد. پس آن را با آب بشویید تا زنگ فلزات برطرف گردد.

25- چنانچه ماهی را در آب نمک بخیسانید جدا ساختن فلس آن آسانتر میشود.

26- به منظور پاک کردن لکه های قهوه و چای از فنجانها از نمک استفاده کنید.

27- برای زدودن بوی نامطبوع سیر و پیاز دستان خود را با مخلوط سرکه و نمک غلیظ شستشو دهید.

29- برای جلوگیری از کپک زدن پنیر آن را میان یک پارچه تمیز و آغشته به آب و نمک بپیچید و درون یخچال قرار دهید.

30- اندکی نمک به چای و قهوه اضافه کنید تا طعم آنها بهبود یابد.

31- به منظور جلوگیری از چسبیدن غذا به سطح ماهیتابه حین سرخ کردن اندکی نمک به آن اضافه کنید.

32- برای جلوگیری از رنگ پریدگی لباسها به ماشین لباسشویی خود نمک اضافه کنید.

نکته: برای رفع شوری بیش از حد خورشت و سوپها سیب زمینی خام به آنها اضافه کنید.

کاربردهای سرکه:

- 1- در درمان آرتريت و ديگر دردهای مفاصل، آسم، چاقی، مسمومیتهاى غذايی، گلودرد، بوی بد دهان، دل درد و سلامتی ناخنها 2 قاشق چایخوری سرکه را با آب مخلوط کرده و میل کنید.
- 2- مخلوط سرکه سیب و آب تشنگی را برطرف میکند.
- 3- برای تسکین سوختگیهای خفیف پوست از سرکه استفاده کنید. سرکه از تاول زدن پوست جلوگیری میکند.
- 4- برای نگه داری پنیر آن را میان یک دستمال تمیز آغشته به سرکه بپیچید و در یخچال نگهداری کنید.
- 5- لکه های ظروف استیل زنگ زن و کروم را با دستمال آغشته به سرکه تمیز و صیقلی کنید.
- 6- برای براق کردن، زدودن بو و جرم از ظروف آشپزخانه آنها را با سرکه و آب بشوید.
- 7- برای پاک کردن روغنهای تجمع یافته روی اجاق گاز از سرکه کمک بگیرید.
- 8- بوی بد، زنگ، کپک دیوارها را با دستمال آغشته به سرکه تمیز کنید.
- 9- پنجره ها را با آب و سرکه تمیز کنید تا برق بیافتند.
- 10- برای تمیز کردن چاهک ها و باز کردن گرفتگی آنها درونشان سرکه در حال جوش بریزید.
- 11- مخلوط نمک و سرکه یک پاک کننده همه کاره است.
- 12- برای رفع احتقان تنفسی چند قاشق سرکه در ظرف آب در حال جوش و یا دستگاه بخور بریزید و بخار آن را استنشاق کنید.
- 13- سرکه از تجمع چربی و چاقی در بدن جلوگیری میکند.
- 14- پیش از پختن ماهی آن را درون مخلوط آب و سرکه بخیسانید تا ترد و شیرین تر شود.

- 15- به روغن سرخ کردنی سرکه اضافه کنید تا غذاها طعم روغن نگیرند.
- 16- برای حذف رسوبات آهکی کتری آن را از آب و سرکه پر کنید و 24 ساعت به حال خود رها کنید.
- 17- سرکه التیام بخش پوست ترک خورده و پوسته پوسته است.
- 18- برای کاهش رسوبات در لوله ها و رادیوتورها درون آنها سرکه بریزید.
- 19- برای زدودن بوی بطریهای دهان گشاد شیشه ای از آب و سرکه استفاده کنید.
- 20- پیش از رنگ کردن سطوح فلزی آنها را با سرکه تمیز کنید.
- 21- به ظرف آب حیوانات خانگی کمی سرکه اضافه کنید تا حیوانات خانگی شما خوشبو شده و موی آنها براق گردد.
- 22- با اضافه کردن یک قاشق چایخوری سرکه به گچ، گچ دیر تر خود را گرفته و سخت میشود.
- 23- سیب زمینی های پوست کنده را در ظرف آب حاوی چند قطره سرکه در یخچال نگه داری کنید. با این کار سیب زمینها هم تغییر رنگ نمی دهند و تا چند روز هم تازه میمانند.
- 24- هنگام پختن برنج به آب آن یک قاشق چایخوری سرکه اضافه کنید تا برنج شما بیشتر ری کرده و درشت تر شود.
- 25- پس از شامپو کردن، موهای سر خود را با مخلوط 30 گرم سرکه در یک لیتر آب شستشو دهید تا باقیمانده شامپو از موهایتان پاک شده و موها براق تر شوند.
- 26- سرکه سرد آفتاب سوختگی را تسکین میبخشد.
- 27- گوشت را یک 24 ساعت درون سرکه بخیسانید تا هم میکروبهای آن از بین رود و هم ترد تر شود.
- 28- سرکه را با مقدار مساوی گلیسرین مخلوط کرده و روی زگیل بمالید تا زگیل به تدریج محو گردد.
- 29- روی لکه های لباس مستقیماً سرکه بمالید و سپس آب بکشید.
- 30- برای کشتن علف های هرز میان درزها و میان آجرها سرکه بریزید.

- 31- ماهی یک مرتبه درون ماشین لباسشویی خود سرکه بریزید و بدون لباس آن را روشن کنید تا رسوبات آن زدوده شود.
- 32- سطوح دستشویی و حمام را با سرکه بشویید.
- 33- سرکه همچون جوش شیرین یک بوزدای خیلی خوب میباشد. آن را با جوش شیرین مخلوط کرده و در هوا اسپری کنید. و یا مخلوط آب و سرکه را روی شعله و یا منبع حرارتی دیگر قرار دهید تا بخارات آن وارد فضا شود.
- 34- سرکه نیش پشه و دیگر حشرات را تسکین میدهد.
- 35- به منظور جلوگیری از رنگ پریدگی لباسهای با رنگ روشن آنها را به مدت 10 دقیقه در سرکه سفید بخیسانید.
- 36- برای افزایش ماندگاری گلها به آب آنها 2 قاشق غذاخوری سرکه و یک قاشق غذاخوری شکر اضافه کنید.
- 37- برای زدودن رسوبات درون اتوی بخار درون مخزن آب آن را از سرکه پر کنید و اتو را به برق بزنید و بخار آن را فعال کنید.
- 38- برای جدا کردن برچسبها آنها را با سرکه مرطوب کنید.
- 39- به منظور جلوگیری از یخ زدن شیشه اتومبیل در فصول سرد سال شیشه اتومبیل را با دستمال آغشته به مخلوط آب و سرکه و یا آب و نمک پاک کنید.
- 40- هنگام پختن سبزیجات به آنها کمی سرکه اضافه کنید تا رنگ طبیعی سبزیجات حفظ گردد.
- 41- به عنوان نرم کننده و کاهنده الکتریسیته ساکن لباسها سرکه به لباسشویی خود اضافه کنید.
- 42- سرکه آدامس سخت شده را حل میکند.
- 43- برای رفع بوی بد ناشی از حیوانات خانگی (ادرار و مدفوع) فرشها را با سرکه تمیز کنید.
- 44- برای افزایش لطافت دستها، آنها را با سرکه شستشو دهید.
- 45- دندانهای مصنوعی را چند ساعت درون سرکه قرار دهید سپس با آب و صابون بشویید تا کاملاً تمیز شود.

46- قبل از لاک زدن، ناخن‌ها را با سرکه تمیز کنید

