



זיוה מוגרבי תהיו בריאים

תרופת פלא בצד הכביש

צמח הבר שמרפא את הנבד

כלומר כרכיב בדיאטה שהינו בעל ערכים תזונתיים ובריאותיים גבוהים, המזינים את הגוף ואף עוזרים בש מירה על הבריאות ומספקים הגנה מפני מחלות, מסביר ואקנין. "המ חקר אמנם רק בראשית דרכו, אך אנו מקווים שלא ירחק היום ונמצא במרכולים, לצד נבטים של אספסת וחמנית, גם נבטים רעננים של גידלן מצוי שניתן לאכול".



צמח הגידלן. בקרוב במכולת?

לן ערכים תזונתיים גבוהים במיוחד. במחקרים רבים בעולם נמצא הגידלן כייעיל לטיפול בנוזקי מחלות כבד כצהבת ושחמת, ואפילו לשיקום נד קים נרכשים, כמו אלו הנגרמים עקב שתיית אלכוהול, אכילה מרובה ונ טילת תרופות.

בימים אלו מנסה ר"ר יפתח ואקנין להעביר את הצמח תהליך של תר בות, כך שיהיה אפשר לגדלו בהיקף מסחרי. "על פי רוב, הגידלן מומלץ לאנשים בריאים כמוזן פונקציונלי,

אולי אתם לא יודעים את זה, אבל את צמח הגידלן אתם כבר מכירים וראיתם אותו בעבר: הוא צומח בציר די הדרכים, בשולי השדות. זהו צמח בר גפוז, קוצני, שחקלאים וגננים מגדירים כעשב מזיק. אבל מאחורי חזותו הסתמית מסתתר סוד בריאותי: הגידלן מנקה את הגוף מרעלנים, מסייע בהורדת הכולסטרול ומגן על הכבד והכליות.

מחקר שנערך במכון וולקני מיי נהל המחקר החקלאי, חשף כי לגדי