

طرز تهیه شربت رژی می با زعفران و گلاب

شربت زعفرانی :

شربت های مفید هم به دلیل اینکه با شکر زیاد درست می شوند خاصیت درمانی خود را از دست می دهند. دوست داریم شما را با شکرهای رژیمی آشنا کنیم که با اضافه کردن آن به شربت های تابستانی از طعم شیرین آن لذت ببرید. شرکت کامور با استفاده از [ایزومالت](#) و [سوکرالوز](#) توانسته محصولات بدون قندی تولید کند که یکی از محصولات آن [شکر](#) [ساشه ای رژیمی](#) است که طعم آن شبیه شکر است و قند خون را بالا نمی برد و باعث [جاقی](#) نمی شود.

[خرید آنلاین شکر ساشه ای](#)

می خواهیم شربت زعفرانی را به شما آموزش دهیم که با درست کردن آن اضطراب شما را از بین ببرد و به شادی و نشاط نزدیک بیشتر شوید، پس با ما همراه باشید. زعفران به دلیل دارا بودن آنتی اکسیدان سوخت و ساز بدن را افزایش می دهد و باعث می شود که انرژی انسان دو برابر شود به همین دلیل مناسب افرادی است که اشت های آنها به غذا کم است. اگر روزانه از این شربت استفاده کنند اشت های آنها چند برابر می شود.



شربت زعفران همراه با گلاب

خواص شربت زعفران :

کسانی که از معده درد و ضعف معده رنج می‌برند شربت زعفران برای آن‌ها توصیه می‌شود. این شربت موجب بهبود مبتلایان به آسم، فشار و چربی خون و قند می‌شود. به دلیل خاصیت خون سازی که دارد موجب تقویت قلب و وضعیت عمومی بدن می‌شود. از این شربت می‌توانید برای افراد مبتلا به آلزایمر و پارکینسون استفاده کنید زیرا موجب تقویت حافظه و افزایش بهره‌وری در مغز می‌شود.

انواع ویتامین‌های موجود در شربت زعفران :

A/ C/ E و ویتامین‌های گروه B. مانند B۶، B۲، B۱. منبعی از آهن، سدیم، کربوهیدرات، پتاسیم، فیبر، منیزیم، کلسیم، سلنیوم، اسید فولیک، منگنز و روی است.

طرز تهیه شربت زعفران و گلاب :

- یک لیوان آب
- سه قاشق زعفران دم کرده
- دو قاشق گلاب
- یک عدد شکر ساشه‌ای کامور

لیوان آب را با زعفران و شکر و گلاب مخلوط کنید. اگر رنگ شربت دوست را ندارید می‌توانید میزان زعفران را طبق سلیقه خودتان تغییر دهید. البته این شربت را به روشهای مختلفی نیز درست می‌کنند. بعضی از افراد خاکشیر و تخم شربتی را نیز به این شربت اضافه می‌کنند که خاصیت آن را دو برابر می‌کند.



لینک کوتاه: <https://kamvar.co/?p=9013>