

洋葱浸红葡萄酒的惊人效果

洋葱是一般家庭普通的食物，用以炸、炒、煲汤都很可口，也可配以生果和蔬菜做沙律。没想到的是，洋葱原来还可以用作浸葡萄酒(红酒)，更可治疗很多常见的病。

朋友回港时一酒商朋友介绍，当时半信半疑，因他是做法国红酒进口酒的生意，可能是为了推销他代理的红酒，但他却保证真的有这样的疗效，很多人都饮用，所以回到黄金海岸，便开始浸了瓶来试试，也把这个信息带给和他有齐所有的病症，听后大家不禁哈哈大笑。心想不用花多少钱，不妨一试，果然不试尤可，一试其功效十分显着大加赞扬。因不用晚间上厕所，而且发觉浸了洋葱的红酒入口更醇，更易入口，今次饮过之后觉得效果甚佳，就将其公开给大家，希望人人健康。

材料：洋葱2个，红葡萄酒500毫升，1瓶普通红葡萄酒配三个洋葱。



制法： 将洋葱洗净，去掉表面茶色外皮，切成八等份约半月形。



将洋葱装入玻璃瓶内，加入红葡萄酒，（将剥下来的外皮也一起加入效果更好）。



将玻璃瓶盖好密封，在阴凉地方放置约2至8日。（笔者觉得一星期最好）

将玻璃瓶的洋葱片，用滤网过滤后，洋葱、酒分开装入瓶中，放置在冰箱中冷藏



饮用方法：

- 一. 每日约一杯(50毫升)，年纪大的人每次20毫升左右；
- 二. 每日饮一至两次；
- 三. 浸过酒的洋葱片一起食用更好；
- 四. 不喝酒的人，可用两倍左右的开水稀释后饮用或每次倒入电锅内煮约4至5分钟，蒸发酒精后饮用。
- 五. 若然喜欢甜的，可加入一点蜂蜜。

看到这里大家是否觉得很容易呢？究竟又可以治那些病呢？

让笔者告诉大家，其功效对膝盖！疼痛、白内障、老人痴呆的效果相当惊人，日本非常流行。

- 一. 高血压的患者，饮了之后血压正常且安定，也会降低糖尿值，把血糖下降。
- 二. 最妙的是对老花眼也有很大的改善，饮用之后不用戴眼镜也可以阅读一般的周刊、杂志。
- 三. 每晚都要去几次厕所的夜晚频尿症，喝了两天之后，不可思议的完全恢复正常。
- 四. 每天夜里醒来，一直到天亮都不能再入睡的，不食安眠药不能入睡的不眠症，饮用之后也会全消除。
- 五. 眼睛疲劳和模糊不清，喝了之后第二天就没有问题了。

六. 对几乎无法治疗的白尿症，尿会混浊的喝了之后的也变得接近透明。

七. 经常肚子会胀，非常痛苦的便秘症，喝了之后第二天便恢复正常排便。

以上这么多的功效，如果你的年龄在中年以上者一定适合，花钱不多，有益且功效显著，不妨一试。

补充：

讨厌吃洋葱吗？看看下面的文章，即使它再不可口，为了身体好，也请多多食用。

关心自己也关心家里的人喔！

【洋葱比骨质酥松症的药有效】

家庭主妇不爱用洋葱做菜，处理时会让人流眼泪，很多人也怕洋葱味。除非是手艺高超的洋葱料理，否则真的很难找到洋葱的热爱者。但是想要让自己骨骼结实、身体长得高、预防骨质酥松症的人，最好还是乖乖地捏着鼻子吃洋葱吧。因为权威期刊“自然”的最新研究报告指出，洋葱是最能够防止骨质流失的一种蔬菜。洋葱预防骨质流失的效果，甚至比骨质酥松症治疗药品“calci tonin”还要好。

研究人员让雄性大白鼠每天吃一公克干洋葱，连续四周后，公白鼠的骨质平均增加了13.5-18%。另一组实验则发现，让大白鼠食用含有洋葱的混合蔬菜，也能够减少骨质流失问题。第三组实验则是让摘除卵巢的雌性大白鼠每天吃1.5公克的洋葱，结果骨质流失的速率减少了25%。更值得注意的是，洋葱的保健功效在短短12小时内就看得到了。

研究人员认为，洋葱的效果可能来自于“预防骨质流失”，因此想要利用洋葱保健的人，每天可能要吃上200-300公克（10盎司）的洋葱，才能够预防骨质酥松症。

医食同源，在我们日常食物中，有很多蔬菜水果都具有药物般的疗效。像西餐里少不了的配菜洋葱，它对身体的好处简直超乎想像。

洋葱炒蛋，或洋葱炒牛肉，都是美味无比的健康菜；而洋葱还可以用来生吃或榨汁喝，根据医学实验，它更能发挥多种神奇疗效。

【洋葱可以预防胆固醇过高】

据哈佛医学院心脏科教授克多格尔威治博士指出，每天生吃半个洋葱，或喝等量的洋葱汁，平均可增加心脏病病人约30%的HDL含量（HDL为高密度脂蛋白胆固醇，一种被认为有助于预防动脉粥样硬化的胆固醇，也是一种的好的胆固醇。）

每天生吃半个洋葱，或喝等量的洋葱汁，以保护心脏，这原是个民间偏方。

【洋葱可以分解脂肪】

克多博士在自己的诊所里对病人进行实验，证明洋葱确有提升好胆固醇的疗效，不过洋葱煮得越熟，越不具效果。克多博士让诊所里的心脏病人每天吃洋葱，结果发现洋葱里所含的化合物也能阻止血小板凝结，并加速血液凝块溶解。所以，当你享用高脂肪食物时，最好能搭配些许洋葱，将有助于抵销高脂肪食物引起的血液凝块；所以说牛排通常搭配洋葱一起吃，是很有道理的。

【洋葱可以预防胃癌】

洋葱和大蒜、大葱、韭菜这些葱属蔬菜，因含有抗癌的化学物质，研究人员在中国山东省一个胃癌罹患率很高的地方所做的调查发现，当洋葱吃得越多，得胃癌的机率就越低。

【洋葱可以对抗哮喘】

洋葱含有至少三种抗发炎的天然化学物质，可以治疗哮喘。由于洋葱可以抑制组织胺的活动，而组织胺正是一种会引起哮喘过敏症状的化学物质；据德国的研究，洋葱可以使哮喘的发作机率降低一半左右。

【洋葱可以治疗糖尿病】

很久以前，洋葱就被用来治疗糖尿病，到了现代，医学也证明洋葱确实能够降血糖；而且不论生食或熟食，都同样有效果。原来洋葱里有一种抗糖尿病的化合物，类似常用的口服降血糖剂甲磺丁胺，具有刺激胰岛素合成及释放的作用。

【洋葱还有其他多种疗效】

洋葱的妙用还不止上述这些，在日常生活中，洋葱还可用来防治失眠：将切碎的

洋葱放置于枕边，洋葱特有的刺激成分，会发挥镇静神经、诱人入眠的神奇功效。

感冒的时候，喝加了洋葱的热味噌汤，很快就可发汗退烧。如果鼻塞，以一小片洋葱抵住鼻孔，洋葱的刺激气味，会促使鼻子瞬间畅通起来。如果咳嗽，以纱布包裹切碎的洋葱，覆盖于喉咙到胸口，也可以很快抑制咳嗽。