



STAY HEALTHY  BE NATURAL

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE • ADDITIONAL INFORMATION

Cannella

La cannella è una spezia dal sapore inconfondibile, che si presta per molteplici usi e che vanta alcune interessanti proprietà terapeutiche, proviene dall'Asia, come la maggior parte delle spezie. In particolare è originaria dell'isola di Sri Lanka, l'isola principale posta al largo del subcontinente Indiano

La cannella si può trovare in bastoncini oppure in polvere. ha molte proprietà medicinali, antisettica, battericida e disinfettante. E risulta particolarmente idonea per combattere le infezioni del cavo orale e delle vie respiratorie, utile quindi in caso di raffreddore ma anche contro l'alitosi. E anche un naturale disinfettante in casi di ferite e abrasioni. Infatti, è possibile applicare direttamente un po' di cannella in polvere sui punti interessati

Altri studi recentemente condotti sulle proprietà della cannella hanno riconosciuto a questa spezia un ruolo importante nel controllo del livello della Glicemia del sangue. In particolare, la cannella riduce la glicemia nel Diabete di tipo 2, quello che non richiede la somministrazione di insulina. aiuta anche nella riduzione dell'ipertensione e del peso corporeo. La Cannella è ricca di Vitamina C, E, K e delle Vitamine del gruppo B, dai sali minerali quali Magnesio, Calcio, Ferro, Potassio, Fosforo, Selenio e Zinco.

Nella cucina asiatica viene spesso associata, anche in sapori dolci come miele, cioccolato e viene impiegata sia per le torte che nel gelato e nelle caramelle e anche in Te, Caffè e molti altri tipi di bevande