

ЗДОРОВЬЕ. УМНЫЕ МЕТОДИКИ



Владимир Самарин

**САМЫЙ ПОЛЕЗНЫЙ
НАПИТОК НА ЗЕМЛЕ**

Сухое красное вино



Владимир Самарин
Самый полезный напиток на
Земле. Сухое красное вино.
Правда, которую от нас скрывают!
Серия «Здоровье: умные методики»

Текст предоставлен правообладателем.
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8197608
амарин, Владимир Самый полезный напиток на Земле. Сухое красное вино. Правда, которую от нас скрывают!: АСТ; Москва; 2014
ISBN 978-5-17-085391-5

Аннотация

Мы слышали, что сухое красное вино полезно. Но многие ли знают, что авторитетные ученые мира считают его не просто полезным, а самым полезным продуктом на Земле! Великую ценность вина признавали античные врачи Гален и Гиппократ. В Библии сказано: «Впредь пей не одну воду, но употребляй немного вина, ради желудка твоего и частых твоих недугов». А знаменитый французский диетолог Монтиньяк считает, что сухое красное вино способствует сжиганию лишних килограммов.

Почему же мы так мало знаем об этом? Видимо, потому, что отношение людей к алкоголю в нашей стране особенное. Ведь он – источник многих бед и страданий. Но пришло время изменить наше отношение к сухому красному вину!

Эта книга расскажет о полезных свойствах сухого красного вина! Вы узнаете, как выбрать то самое целебное вино, как его правильно хранить и, самое главное, как при помощи сухого красного вина можно оздоровить свой организм. В книге приводятся конкретные советы и рецепты применения вина для лечения и профилактики различных, порой очень тяжелых заболеваний, таких как инфаркт, инсульт и даже рак.

Данное издание не является учебником по медицине. Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.

Содержание

Красное сухое вино. Самый полезный продукт на земле много тысяч лет!	6
Легенда о волшебном напитке	6
Красное вино – эликсир жизни и здоровья	7
Красное вино – лекарь для сердца	7
Красное вино – защитник от рака и преждевременного старения	7
Красное вино – барьер для инфекций	7
Красное вино – залог быстрого похудения	7
Красное вино – хорошее успокоительное средство	7
Красное вино – источник мужской потенции	7
В чем секрет чудодейственной силы красного вина?	9
Красное вино в помощь хозяйке	10
О чем расскажет эта книга	11
Все, что полезно знать о красном сухом вине	12
Что такое красное вино и каким оно бывает?	13
Почему именно красное сухое вино?	15
Химический состав красного сухого вина	16
Вода	16
Спирт	16
Углеводы	17
Дубильные вещества	17
Кислоты	17
Аминокислоты	17
Полифенолы	17
Витамины и минеральные соли	17
Кверцетин	18
Целительная сила красного сухого вина	19
Действие красного сухого вина	19
Как выбрать по-настоящему полезное вино	21
Как правильно выбрать хорошее красное сухое вино	21
Сертификат качества	21
Прозрачность	22
Цвет	23
Аромат	23
Вкус	23
Как хранить красное сухое вино	24
Где лучше хранить	24
Как лучше хранить	24
Красное сухое вино и здоровье	26
Суточная норма красного сухого вина. Польза или вред?	27
Показания к применению	28
Противопоказания	29
Побочные действия	30
Взаимодействие красного сухого вина с лекарственными препаратами	31

Как применять красное сухое вино от различных заболеваний?	32
Красное сухое вино против простуды!	33
Как работает лекарство из красного сухого вина	33
Рецепты от простуды	33
Способ 1	33
Способ 2	33
Способ 3	34
Способ 4	34
Способ 5	34
Конец ознакомительного фрагмента.	35

Владимир Самарин

Самый полезный напиток на Земле. Сухое красное вино

Правда, которую от нас скрывают!

© Самарин В., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2014

Очень познавательная и интересная книга. Открыл для себя много полезного. Оказывается, у красного вина столько полезных свойств! Теперь обязательно буду включать в рацион немного вина, тем более что в книге подробно описано, как это нужно делать, чтобы вино было на пользу, а не во вред.

Денис, Москва

Замечательная книга о вине. Я где-то слышал, что оно полезно для здоровья, и вот наконец мне попала книга, в которой все разложено буквально по полочкам: в чем польза, как пить, как выбрать. Нашел для себя много интересного.

Владимир, Санкт-Петербург

Полезная книга. Очень много рецептов для разных заболеваний. Все разбито по болезням – удобно пользоваться, легко найти нужный рецепт. Интересно было почитать и о свойствах вина. Знала, что оно полезное, но даже не догадывалась насколько. Уже купила бутылку вина, как сказано в книге, и стала пить по чуть-чуть. Про общее оздоровление пока рано говорить, но с легкой простудой справилась практически за день.

Ольга, Москва

Всегда знала, что именно сухое красное вино очень полезно. Очень обрадовалась, когда мне в руки попала эта книга. Здесь собрана вся информация, которую я по крупицам нарывала из Интернета. Купила я бутылочку вина по советам, которые нашла в книге. Скажу, что это незаменимая вещь при многих заболеваниях. Простуду и бессонницу лечит очень быстро. Мне вино также помогло уменьшить боли при артрите, я стала легче двигаться. Хорошая книга, буду рекомендовать ее своим знакомым.

Наталья, Самара

Очень ценная книжка. Мне понравилось, что много рецептов и полезных советов. И не только по лечению. Вино можно применять и в косметологии. Оказывается, оно очень полезно для кожи и для волос. Маски на основе красного вина для волос – это что-то! Волосы растут в два раза быстрее. И в быту вино помогает. Одним словом, книжка – просто кладезь полезных советов по использованию вина.

Татьяна, Новосибирск

Красное сухое вино. Самый полезный продукт на земле много тысяч лет!

Легенда о волшебном напитке

Однажды персидский царь, нежась в тени своего шатра, наблюдал за обучением своих лучников. Вдруг над его головой раздался шум. Он поднял голову и увидел, как невиданной красоты птица попала в пасть огромной змеи. Она трепыхалась из последних сил и была близка к гибели. Царь сжалился над птицей и приказал лучникам убить змею.

Через минуту птица была свободна. Выпрыгнув из пасти мертвой змеи, она подлетела к ногам царя и бросила перед ним в знак благодарности несколько зернышек. Очень скоро зернышки проросли, и из них появились роскошные виноградные лозы. Спустя месяц царь уже любовался дивными гроздьями винограда.

По его распоряжению каждый день слуги приносили ему свежий сок плодов, который царю очень понравился. Но как-то один из подчиненных замешкался и не успел отжать для царя плоды. Чтобы не остаться без головы, он принес оставшийся со вчерашнего дня сок. Кто бы мог подумать, что любимый сок правителя скиснет. Почувствовав незнакомый привкус, царь пришел в бешенство и заподозрил, что его хотят отравить завистники. Бедный слуга был казнен, а скисший сок отправили к местному лекарю для изучения.

В это время мимо лекаря проходила любимица царя – прекрасная рабыня Нодира. Она давно страдала от тоски по родных краям, от чего стала похожа на ходячую смерть. Каждый день ее мучили головные боли, от которых не хотелось ни есть, ни спать. Однако царь, даже видя болезнь Нодир, не желал ее отпускать на волю. Узнав, что к лекарю прислали яд, которым хотели отравить правителя, несчастная рабыня решила воспользоваться возможностью и покончить с собой. Выхватив у лекаря прокисший сок, она залпом выпила его до последней капли и упала без чувств.

Несколько дней Нодира провела в глубоком сне, а когда очнулась, то стала бодрой и здоровой. К своему удивлению она обнаружила, что вновь вернулся румянец на щеки, а головные боли совершенно исчезли.

Весть о чудесном исцелении разлетелась по всему свету. Так люди узнали о волшебном напитке, который возвращает радость жизни.

Красное вино – эликсир жизни и здоровья

Это конечно только легенда. Но в ней скрыта важная истина. Вино не простой напиток. Оно способно врачевать. Чудодейственные свойства красного вина использовали еще в глубокой древности. В разумных количествах этот напиток способен оздоровить и омолодить организм человека.

Красное вино – лекарь для сердца

Красное вино является самым простым способом поддерживать сердечно-сосудистую систему в норме. Ведь оно снижает артериальное давление, предотвращает появление холестериновых бляшек и, тем самым, снижает риск инфаркта и инсульта.

Красное вино – защитник от рака и преждевременного старения

В разумных количествах красное вино предотвращает развитие раковых опухолей. Содержащиеся в напитке полезные вещества успешно борются с ростом патологических клеток. К тому же они отвечают за рост новых здоровых клеток, замедляя процессы старения. В качестве косметического средства красное вино улучшает состояние кожи, разглаживает морщинки, укрепляет волосы и ногти.

Красное вино – барьер для инфекций

Красное сухое вино прекрасно защищает от различных инфекций и вирусов. Согласно проведенным исследованиям этот напиток борется с возбудителями желудочно-кишечных заболеваний, кариеса, заболеваний дыхательных путей. При этом, в отличие от антибиотиков, вино не уничтожает микрофлору.

Красное вино – залог быстрого похудения

Кто бы мог подумать, что с помощью этого напитка можно похудеть без ущерба для здоровья. Тем не менее, это действительно так. Красное вино улучшает обмен веществ, обеспечивает выход шлаков и токсинов, что позволяет избавиться от лишних килограммов естественным образом.

Красное вино – хорошее успокоительное средство

Вряд ли кто-то будет спорить, что красное вино является природным антидепрессантом и помогает справиться со стрессом. Ко всему прочему, оно избавляет от ряда заболеваний нервной системы, снимает головную боль и хроническую усталость. Однако, в этих целях не стоит им злоупотреблять, иначе из лекарства красное вино превратится во вредителя.

Красное вино – источник мужской потенции

Научные исследования показали, что небольшое количество красного вина повышает мужскую силу и сексуальное влечение. Однако, злоупотребление этим напитком может

закончится плачевно и привести к импотенции. Поэтому главное условие в применении красного вина в качестве лекарства – это мера. Только так оно сможет стать удивительным вашим помощником.

В чем секрет чудодейственной силы красного вина?

Польза сухого красного вина – это не миф. Оно действительно работает как лекарство, только натуральное, не имеющее побочных действий.

Все дело в том, что в этом напитке содержится огромное количество полезных веществ. Среди них полифенолы, которые выводят из организма свободные радикалы и предотвращают разрушительные процессы. Особенно ценен для организма ресвератрол. Это своего рода природный антибиотик, который защищает нас от бактерий, грибков и других паразитов. Кроме того, ресвератрол активизирует такое вещество, как сиртуин, отвечающий за молодость. А мелатонин, входящий в красное вино, является отличным инструментом для борьбы с морщинами. Поэтому этот напиток не только оберегает от болезней, но и преждевременного старения. А входящие в состав красного вина кверцетин и антиоксиданты разрушают опухолевые клетки.

К тому же, в напитке имеется более 24 полезных микроэлементов, необходимых для предотвращения авитаминоза, поддержания иммунитета, энергии и бодрости.

Красное вино в помощь хозяйке

Наряду с массой целебных качеств красное вино является надежным и экономичным помощником в хозяйстве. Его можно использовать как эффективное чистящее средство для зеркал и хрустальной посуды, для удаления накипи, налета и ржавчины. Красное вино помогает избавиться от неприятного запаха на кухне. С помощью него можно вернуть мебели утраченный блеск, устранить царапины.

Ну и, конечно, в кулинарии без красного вина не обойтись. Этот напиток придает блюдам неповторимый вкус и делает их полезными для здоровья. Так что поспешите познакомиться с проверенным многовековой историей напитком!

О чем расскажет эта книга

Эта книга познакомит вас с удивительными свойствами красного вина и научит правилам его грамотного употребления. В ней вы узнаете:

- что такое красное вино, и какие его разновидности встречаются;
- почему красное сухое вино является более ценным напитком по сравнению с белым или розовым вином;
- что входит в состав красного сухого вина, и какими полезными свойствами оно обладает;
- как следует выбирать и правильно обращаться с красным вином, чтобы оно сохранило свои полезные свойства;
- как использовать красное сухое вино в качестве лекарства от различных болезней;
- в чем преимущества красного сухого вина в косметологии;
- как красное сухое вино может помочь в быту;
- какие хитрости с красным сухим вином помогут приготовить вкусные и полезные блюда;
- а также как сделать красное вино в домашних условиях.

Все, что полезно знать о красном сухом вине

В книге Бытия существует предание, что Ной, оказавшись на суше после всемирного потопа, первым делом посадил виноградную лозу. Исторические факты свидетельствуют, что виноделие впервые стало известно в культуре древних цивилизаций Египта, Вавилона, Индии, Китая. Красное вино изготавливали для культовых целей. Его считали напитком богов и позволяли пить только избранным.

В античные времена греки научились изготавливать уже сотни сортов вина. А римские мастера разработали особую технику брожения и выдержки этого напитка на солнце. Вино приобрело популярность, стало доступно не только привилегированным слоям, но и рабам и воинам, которые пили его для укрепления боевого духа.

В Европе виноделие получило широкое распространение с утверждением христианской церкви, которая поощряла производство красного вина для обрядовых целей. Ведь именно красное вино олицетворяет кровь Иисуса Христа.

Вино всегда было не просто напитком, но и лекарством. Считалось, что оно обладает питательной и целительной силой. Древние врачи назначали красное вино в небольших количествах для профилактики всех болезней. Впрочем, они не ошиблись, и сегодня ценность красного вина подтверждена научно.

Что такое красное вино и каким оно бывает?

Красное вино – это алкогольный напиток, полученный спиртовым брожением виноградного сока. Для его изготовления используют определенные темные сорта винограда. В процессе вымачивания кожица превращается в ферментативный сок и придает напитку красный цвет. А в зависимости от выдержки красное вино приобретает особый букет и привкус. Наибольшей популярностью пользуются такие марки, как Каберне Совиньон, Мерло, Пино Нуар, Сира или Шираз, Мальбек, Пинотаж и другие.

На сегодняшний день существуют различные виды красного вина в зависимости от содержащихся в нем компонентов, качества и времени выдержки.

По содержанию углекислоты выделяют красное вино:

- *тихое* (не содержит углекислоту или содержит ее в незначительном количестве);
- *игристое* (насыщается большим количеством углекислоты в процессе брожения);
- *газированное* (насыщается избыточным количеством углекислоты искусственным способом).

По содержанию кислоты различают красное вино:

- *пресное* (имеет слабовыраженный вкус и содержит мало кислоты);
- *среднее* (имеет среднестатистический винный вкус и содержат умеренное количество кислоты);
- *кислое и терпкое* (отличается очень кислым, вяжущим терпким вкусом).

По содержанию спирта и сахара выделяют красное вино:

- *сухое* (содержание спирта – 9–13 % об., сахара – до 3 г/л);
- *сухое особое* (спирта – 14–16 % об., сахара – до 3 г/л);
- *полусухое* (спирта – 9–13 % об., сахара – 5–30 г/л);
- *полусладкое* (спирта – 9–12 % об., сахара – 30–80 г/л);
- *сладкое или десертное* (спирта – 14–20 % об., сахара – до 150 г/л).

По мутности красное вино бывает:

- *мутное* (имеет мелкий или крупный осадок);
- *тусклое* (с едва заметной мутью);
- *прозрачное* (с особым блеском и яркостью).

По способу приготовления выделяют красное вино:

- *односортное* (его готовят из одного сорта винограда);
- *многосортное* (в его состав входит несколько сортов винограда);
- *сепажное* (получается в результате сбраживания вместе нескольких сортов винограда);
- *купажное* (сорта винограда сбраживаются по отдельности, а затем смешиваются).

По качеству и времени выдержки красное вино бывает:

- *молодое* (недавно приготовленное, не закончившее полностью свое брожение);
- *без выдержки* (вино, реализуемое через 3 месяца после переработки винограда);
- *выдержанное* (с выдержкой не менее 6 месяцев);
- *марочное* (с выдержкой не менее 1,5 года для марочных столовых вин и не менее 2 лет для марочных крепких и десертных вин)

– *коллекционное* (лучшее марочное вино, которое дополнительно выдерживается не менее 3 лет).

Классификацию красного вина можно продолжать бесконечно. Но мы с вами остановимся на одном из самых полезных видов – *красном сухом вине*. Оно отличается густой темной окраской, ярким ароматом и терпкостью.