

ŞEFTALİ(Prunus persica)



Şeftali 'nin İçerdiği Maddeler:

Karbonhidrat, bitkisel yağ asitleri, eterli uçucu yağlar ve a vitamini içermektedir.

Şeftali 'nin Özellikleri:

Genel olarak ılıman bölgelerde, daha az güneş alınan yerlerde yetişmektedir. Ülkemizde

Ege Bölgesinde ve Güneydoğu Anadolu Bölgesinde yetiştirilmektedir. Anavatanının Uzakdoğu ülkeleri olduğu tahmin edilmektedir. Genel olarak bir şeftali ağacı 30-40 yıl arasında yaşayabilmektedir. Çiçekleri yaz aylarında açmaktadır.

Şeftali 'nin Faydaları:

- Kabızlığa iyi gelir.
- Bağırsakları çalıştırır.
- Enerji verir.
- Bağışıklık sistemini kuvvetlendirir.
- Bağırsak kurtlarını düşürmeye yardımcı olur.
- Ateş düşürücü etkisi vardır.
- Ağrı kesici görevi görmektedir.
- İdrar yolları iltihaplanmalarına iyi gelmektedir.