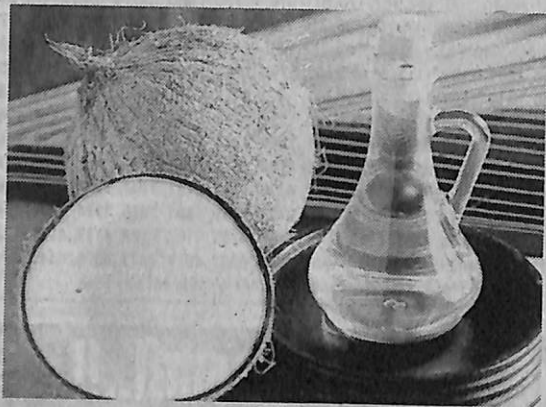


ശാസ്ത്രകൗമുദി



ഉരുക്കിന്റെ കരുത്തുള്ള വെളിച്ചെണ്ണ !

മാരകരോഗങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കാനും ശരീരത്തിന് പ്രതിരോധശേഷി നൽകാനും അത്ഭുതസിദ്ധിയുണ്ട് ഉരുക്കവെളിച്ചെണ്ണയ്ക്ക്. സൗന്ദര്യ സംരക്ഷണത്തിലും മെച്ചപ്പെട്ട പങ്കു വഹിക്കുന്നുണ്ട് ഉരുക്കവെളിച്ചെണ്ണ. ചർമ്മത്തിലെ ചുളിവുകൾ അകറ്റി വെച്ചും നിലനിറുത്തും.

രക്തത്തിലെ ഗ്ലൂക്കോസിന്റെ ഉപയോഗം ത്വരിതപ്പെടുത്തുകയും ഇൻസുലിൻ ഉത്പാദനം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനാൽ പ്രമേഹരോഗികൾക്കും ഉത്തമം. ചിത്ത കൊളസ്ട്രോൾ കുറച്ചും നല്ല കൊളസ്ട്രോളിനെ വർദ്ധിപ്പിച്ചും ഹൃദയത്തെ സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മീഡിയം ചെയിൻ ഫാറ്റി ആസിഡുകളും, മോനോഗ്ലിസറൈഡുകളും ഉരുക്ക് വെളിച്ചെണ്ണയിലുണ്ട്. ബാക്ടീരിയ, വൈറസ് തുടങ്ങിയവയെ നശിപ്പിക്കാൻ കഴിവുള്ള ലോറിക് ആസിഡിന്റെ സാന്നിദ്ധ്യവും ഉണ്ട്. ഏറ്റവും ഗുണമേന്മയുള്ള ബേബി ഓയിലാണ് ഉരുക്ക് വെളിച്ചെണ്ണ. കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ചർമ്മത്തിലുണ്ടാകുന്ന എല്ലാ രോഗങ്ങളെയും ഇത് പ്രതിരോധിക്കും.

ശുദ്ധമായ തേങ്ങാപ്പാലിൽനിന്നും വേർതിരിച്ച്, യാതൊരു വിധ പ്രിസർവേറ്റീവുകളും ചേർക്കാതെയാണ് നിർമ്മിച്ച ഉരുക്കവെളിച്ചെണ്ണ തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. വിട്ടിൽത്തന്നെ നമുക്കിത് നിർമ്മിക്കുകയും ആകാം. വെജിറ്റബിൾ സാലഡിൽ ചേർത്ത് ഉപയോഗിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. കുട്ടികളുടെ നിത്യഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് അവരുടെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തും.