Contro gli eccessi da notte da leoni, ci pensano gli asparagi

Data: Invalid Date | Autore: Rosalba Capasso



JEJU(COREA DEL SUD), 28 DICEMBRE 2012 -I giorni durante le feste natalizie sono dediti alla tavola, cibi ipercalorici, e grandi abbuffate. Il palato trova rifugio in piatti succulenti, e come giusto che sia il tutto è accompagnato da un litri di vino, spumante e amari, ed è risaputo che la buona compagnia induce ad alzare il gomito, e ci si ritrova spesso ed essere completamente sfatti e ubriachi.

Ma pare esserci un trucchetto niente male, per evitare di ritrovarsi totalmente in fase sbronza, un piccolo accorgimento che arriva direttamente dall'Asia. Se si prospetta una grande movida a base di pietanza altamente caloriche e alcol è meglio sgranocchiare un asparago antecedentemente alla serata.[MORE]

La news pubblicata sul Journal of Food Science, è stata oggetto di studio da parte dell'Istituto di scienza medica e dall'Università nazionale di Jeju in Sud Corea. Secondo quanto osservato dagli studiosi le proteine e gli aminoacidi presenti nei germogli e nelle foglie, pare proteggano dagli effetti da ubriacatura, inoltre sembrano essere dei validi alleati del fegato.

A capo dell'indagine, B.Y. Kim, che ha esposto la sua tesi: «Le sostanze tossiche presenti nelle cellule sono state significativamente ridotte in risposta a un trattamento con estratti di foglie e germogli di asparagi. Questi risultati hanno fornito una prova di come le funzioni biologiche dell'asparago possano aiutare ad alleviare i postumi da sbornia e a proteggere le cellule del fegato».

Senz'ombra di dubbio, quest'anno dopo il veglione di San Silvestro, con questo un piccolo

stratagemma di sicuro non ci si sveglierà con un gran mal di testa.

(fonte: www.lastampa.it)

Rosalba Capasso

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/contro-gli-eccessi-da-notti-da-leoni-ci-pensano-gli-asparagi/35196