

Не ешьте дыню с какой-либо другой пищей

Автор: Herbert M. Shelton
10.12.2012 05:35 -



Арбуз, медовую, мускусную и прочие виды дынь нужно всегда есть отдельно.

Я не знаю физиологического обоснования этого правила. Но мы знаем, что эти продукты очень быстро разлагаются в желудке и почти обязательно вызовут расстройство, если потребляются с другими продуктами. При отдельном потреблении дыня быстро проходит через желудок и потому образует прекрасную пищу. Люди, жалующиеся, что дыни „несовместимы" с ними, увидят, что при отдельном потреблении (но не между главными приемами пищи) они будут наслаждаться дынями без всякого впоследствии дискомфорта.

Из-за того, что дыни легко разлагаются, они не сочетаются ни с какой другой пищей, за исключением, вероятно, определенных фруктов. Мы всегда питаемся дынями отдельно, и не между главными приемами пищи, а в качестве основного приема.