



ใบมะกรูด: ชื่อวิทยาศาสตร์:

Citrus hystrix

ใบมะกรูดเพิ่มรสชาติหวานอมเปรี้ยวเล็กน้อยคล้ายกับพืชตระกูลส้ม ซึ่งอธิบายไว้ว่า “ทำให้กระปรี้กระเปร่า” และ “ทำให้เบิกบานใจ” โดยไม่มีสิ่งใดทดแทนได้ รสชาติเกิดจากความเข้มข้นสูงของ แอลคาลอยด์, สารซิโตรเนลลาล, ลิโมนีน และเนโรลิกลิ่นของใบมะกรูดมีสาเหตุหลักมาจาก สารซิโตรเนลลาล บวกกับ ลินาโลอล ใบมะกรูด (“ มะกรูด” ในภาษาไทย) เป็นส่วนผสมสำคัญในซูปรูฟไทยหลายชนิด แต่โดยปกติแล้วไม่นิยมรับประทาน ใบมะกรูดจะทำให้อาหารมีรสชาติ แต่มักจะทิ้งไว้มากกว่าการรับประทาน สาเหตุหลักอาจมาจากความจริงที่ว่าใบมะกรูดมีเส้นใยหนาและยากต่อการเคี้ยวและการย่อยอาหาร

ใบมะกรูดนอกจากจะมีประโยชน์ในการทำอาหารแล้ว ยังมีสารประกอบอินทรีย์ที่เป็นประโยชน์ในปริมาณสูง ซึ่งส่งผลดีต่อร่างกายมนุษย์

การล้างพิษ: สารประกอบระเหยง่ายในใบมะกรูดช่วยกำจัดสารแปลกปลอมและเชื้อโรคในเลือด รวมถึงเสริมสร้างการทำงานของตับและระบบน้ำเหลืองในการทำความสะอาดเลือด

ด้านการอักเสบ: สารประกอบช่วยกระตุ้นระบบย่อยอาหารและช่วยบรรเทาอาการอาหารไม่ย่อยและอาการท้องผูก การควบคุมลำไส้ช่วยป้องกันปัญหาในระบบทางเดินอาหารที่รุนแรง เช่น โรคริดสีดวงทวาร แผลในกระเพาะอาหาร และมะเร็งลำไส้ใหญ่

การลดความเครียด: ใช้กลิ่นหอมเพื่อผ่อนคลายประโลมและทำให้ร่างกายและจิตใจสงบ

สุขภาพในช่องปาก: ถูบนฟันและเหงือก มะกรูดช่วยกำจัดแบคทีเรียที่เป็นอันตรายที่เติบโตในช่องปาก โดยให้ความรู้สึก “สดชื่น” ในทันที

การดูแลผิว และการใช้งานเฉพาะด้านเครื่องสำอาง รวมถึงการชะลอการสลายของเซลล์ ลดริ้วรอย ลดรอยแผลเป็นและผิว ژیโตรเนลลอนและลิโมนีนช่วยขับไล่แมลงกัดต่อยที่สร้างความไม่สบายใจ แต่ยังอาจเป็นพาหะนำพาโรคร้าย สรรพคุณด้านอนุมูลอิสระ รวมถึงกรดที่ต่อต้านอนุมูลอิสระที่ทำลายผิว

ลองจินตนาการถึงการใช้ใบมะกรูดเพื่อแต่งเติมรสชาติและกลิ่นหอม แต่ยังรักษาสรรพคุณของใบมะกรูดเพื่อสร้างผงจากทั้งใบที่มีความเสถียรและย่อยง่าย ที่ช่วยให้คุณกินได้หมดทั้งใบ เห็นได้ชัดว่ากลิ่นและรสชาติเข้มข้นสารประกอบอินทรีย์ที่มีประโยชน์เพิ่มเติม ซึ่งช่วยในการเสริมสร้างสุขภาพของคุณ

เทคโนโลยีการถนอมเซลล์: โดยปกติใบมะกรูดจะถูกทำให้แห้งในเตาอบ จากนั้นจะบดเป็นผงละเอียด การสัมผัสกับความร้อนนี้จะลดผลประโยชน์โดยการเปลี่ยนสภาพเป็นน้ำมันหอมระเหย ทำให้เอนไซม์ผลิตภัณฑ์และลดคุณค่าของวิตามินที่ไวต่อความร้อนและส่วนผสมที่สำคัญอื่น ๆ เราใช้กระบวนการที่เป็นกรรมสิทธิ์ ‘การถนอมเซลล์’ สิ่งนี้ช่วยให้เรารักษาโครงสร้างของเซลล์และโมเลกุลให้ใกล้เคียงกับการเติบโตของพืชในธรรมชาติ สี กลิ่น และรสชาติยังคงเหมือนเดิม เช่นเดียวกับส่วนผสมสมุนไพรทางยาที่เสริมสร้างให้สุขภาพแข็งแรง