

Iglesia Cristiana Verdad Viviente

¡Viviendo para la Gloria de Dios!

EL ASOMBROSO PEPINO- Un Regalo de Dios



Esta información estaba en The New York Times hace varias semanas como parte de su serie "Spotlight on the Home" que resalta las formas creativas y fantásticas para resolver problemas comunes.

Aquí hay trece asombrosas aplicaciones del pepino. ¡Gloria a Dios!

1. Los pepinos contienen más de las vitaminas que usted necesita diariamente. Solo un pepino contiene Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B3, Vitamina B5, Vitamina B6, Acido Fólico, Vitamina C, Calcio, Hierro, Magnesio, Fósforo, Potasio y Zinc.
2. Si se siente cansado en la tarde, en vez de tomar una soda (gaseosa, refresco) cafeinada, elija comer un pepino. Los pepinos son buena fuente de Vitaminas B en lugar de los Carbohidratos que pueden suministrar ese refresco.
3. ¿Cansado de que su espejo se empape de vapor después de una ducha? Frote una rodaja de pepino a través del espejo, le eliminara la niebla y le suministrara una fragancia calmante como spa.
4. ¿Están los gusanos y las babosas arruinando sus plantas? Coloque unas pocas rodajas en una lata pequeña y su jardín se verá libre de plagas en toda la temporada. Los químicos en el pepino reaccionan con el aluminio de la lata para emitir una esencia indetectable por los humanos pero enloquece a las plagas del jardín y hace que ellas abandonen el área.
5. ¿Está buscando por una forma rápida y fácil para remover la celulitis? Frote una o dos rodajas de pepino a través del área con el problema por unos pocos minutos, los fotoquímicos en el pepino causan que el colágeno en su piel se apriete, afirmando la

capa exterior y reduciendo la visibilidad de la celulitis. ¡También trabaja magníficamente en las arrugas!!!

6. ¿Quiere evitar la resaca o un terrible dolor de cabeza? Coma unas rodajas de pepino antes de irse a la cama y levántese fresco y libre de dolores de cabeza. Los pepinos contienen suficiente azúcar, vitaminas B y electrolitos para reaprovisionar los nutrientes esenciales perdidos en el cuerpo, conservando todo en equilibrio, evitando las resacas y dolores de cabeza.

7. ¿Está tratando de combatir los excesos de comida de la tarde o de la noche? El pepino ha sido usado por siglos y con frecuencia usado por los exploradores, comerciantes y tramperos Europeos como comida rápida para engañar la hambruna.

8. ¿Tiene una reunión importante o una entrevista de trabajo y usted ve que no tiene suficiente tiempo para limpiar sus zapatos? Friegue un pedazo de pepino fresco sobre el zapato, sus químicos le suministrarán un brillo rápido y durable, que no solo luce muy bien, sino que también repele el agua.

9. ¿Ausente de WD 40 (Water Displacement-40th Attempt) y necesita arreglar esa bisagra chillona? Tome una rodaja de pepino y frótela en la bisagra problemática y voila, el ruido se irá.

10. ¿Estresado y no tiene tiempo para un masaje facial o visitar el spa? Corte un pepino entero y colóquelo en un contenedor para hervir agua, los químicos y los nutrientes del pepino reaccionarán con el agua hervida y se liberarán en el vapor, creando un calmante y relajante aroma que se ha demostrado para reducir el estrés en nuevas madres y los estudiantes de la universidad en los exámenes finales.

11. ¿Recién termino un almuerzo de negocios y se da cuenta que usted no tiene goma de mascar o menta? Tome una rodaja de pepino y presiónelo en el paladar de su boca con su lengua por 30 segundos para eliminar el mal aliento, los fotoquímicos matarán las bacterias responsables del mal aliento en su boca y evitará las azúcares de las gomas que dañan la dentadura.

12. ¿Está buscando una forma “verde” para limpiar sus grifos, lavaplatos o aleaciones de acero? Tome una rodaja de pepino y frótela en la superficie que usted quiere limpiar, no solamente le removerá los años de opaco y le devuelve el brillo, sino que no le dejara rayones y no le afectara sus dedos o las uñas mientras usted limpia.

13. ¿Quiere limpiar los escritos y artes de los niños en la pared? Tome el exterior del pepino y úselo suavemente para borrar el escrito, también trabaja magníficamente en crayones y marcadores que los chicos han usado para decorar las paredes.



Característica:

El pepino, es una hortaliza de piel verde más o menos oscura o incluso amarillenta, según la variedad, con forma cilíndrica y alargada de unos 30 cm. El interior es una pulpa blanca y acuosa con pequeñas semillas aplanadas repartidas a lo largo del cuerpo del fruto. Habitualmente se recolecta aún verde y se consume crudo, cocinado o elaborado como encurtido.

Composición:

Composición nutritiva del pepino (100 g de producto) - Agua: 97 % - Proteínas: 0,8-1,6 g - Grasas: 0,03-0,2 g - Hidratos de carbono: 1-2,4 g - Valor energético: 17 cal. - Sodio 8 mg/100 g - Potasio 140 mg/100 g - Fósforo 22 mg/100 g - Calcio 17 mg/100 g - Hierro 0,3 mg/100 g - Retinol (Vit. A) 2 mg/100 g - Ác. ascórbico (Vit. C) 11 mg/100 g - Tiamina (Vit. B1) 0,03 mg/100 g - Riboflavina (Vit. B2) 0,03 mg/100 g - Ác. fólico (Vit. B3) 16 µg/100 g.

Propiedades:

Es un potente hidratante cutáneo gracias, entre otros, a sus vitaminas B y C, y por ello usado en diversas mascarillas o productos hidratantes para la piel. En cosmética se usa para blanquear la piel.

Principios activos:

Contiene abundantes mucílagos, esencia, vitamina C, carotenos, aminoácidos, celulosa.

Indicaciones:

Se usa como demulcente, antipruriginoso, emoliente, diurético, depurativo. Indicado para cistitis, urolitiasis, oliguria. En uso tópico, para los cuidados de la piel: cutis grasos, comedones, pieles sensibles, y arrugas.

Los pepinos eran parte de la dieta del pueblo de Israel. “Nos acordamos del pescado que comíamos gratis en Egipto, de los **pepinos**, los melones, los puerros, las cebollas y los ajos” (Números 11:5).

¡Gloria a Dios por Su asombrosa creación!