



Wellness



EDICOLA TESTIMONIAL ARTICOLI SONDAGGI

Dalla redazione di **Il miele di ulmo: proprietà e benefici**
Wellness di **Francesca Soccorsi** - 05 febbraio 2013

Stai guardando: **Le qualità del miele con tante ricette**

PLAY < > 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



«L'albero di **ulmo** è originario del Cile. E dal Cile arriva questo miele profumatissimo» dice Strumia. Uno studio dell'Università Pontificia di Santiago del Cile e del Royal college of surgeons di Dublino ne ha dimostrato l'elevato potere **fungicida**, che inibisce la crescita di *Candida albicans*, *Rhizopus* e *Aspergillus*. Ma è efficace anche contro **Salmonella**, **Escherichia coli** e **Staphylococcus aureus** (responsabile della maggior parte delle bronchiti e molto altro). Il merito, dicono i ricercatori, è della capacità del **miele di ulmo** di liberare alcune sostanze battericide, tra cui il perossido di idrogeno. Non è caro come quello di manuka, ma un vasetto da 250 grammi può costare 18-20 euro.

Cosa dice lo chef
«Scioglietene 1 cucchiaino con 1 mestolo d'acqua e spennellate dei tranci di **tonno**. Condite con sale e pepe e infornate il pesce per 6 minuti a 220°» dice Michieletto.

Credits: Vibrant Spirit su Flickr



Guarda anche