

CURIOSITA'

Il **sale** è un elemento naturale ed essenziale.

Pensate ad un cibo senza senza sale: **immaginabile!**

Per non parlare dell' "avere sale in zucca": **indispensabile!**

Ecco alcuni trucchi e consigli per utilizzarlo in cucina e scoprire altre sue curiose proprietà.



Igienizzante: diluite un cucchiaino di sale in mezzo litro d' acqua e spruzzate il liquido ottenuto sulla spugne o sul panno e potrete pulire i ripiani e lo sportello del frigor evitando anche il formarsi di muffe.

Sgrassante: su una pentola bruciata versate una manciata di sale con un po' di limone o aceto, la pentola tornerà come nuova.

Pulente: per avere pavimenti lucidi e puliti aggiungete all' acqua di lavaggio una manciata di sale grosso e qualche cucchiaino di aceto. Le piastrelle diventeranno lucide e resteranno più pulite a lungo. Da usare su tutti i pavimenti tranne su marmo e parquet.

Ma, in natura, ci sono tantissime altre tipologie di sale che ci possono aiutare in cucina:

|| **sale iodato** è un comune sale da cucina, una spezia ricavata dall'acqua di mare o dalle miniere di salgemma quindi addizionato artificialmente di iodio sotto forma di ioduro o iodato di potassio.

|| **sale marino** dove il cloruro di sodio è un conduttore, non solo di elettricità, ma anche di trasmissione neurologica. Il sale è infatti una sostanza fondamentale per lo svolgersi di meccanismi fisiologici vitali, come la trasmissione degli impulsi nervosi, lo scambio dei liquidi e la regolazione della pressione. ma se si consumano più di 5 grammi di sale al giorno si può andare incontro a malattie come ictus, problemi ai reni e disturbi cardiaci. Se usato esternamente invece, può essere un valido alleato per combattere edemi, cellulite e per **depurare i tessuti**: bagni, impacchi, bendaggi di sale sgonfiano, riducono i ristagni idrici, disintossicano i tessuti.

|| **sale rosa dell'Himalaya** deve il suo colore è dovuto all'ossido di ferro. E' un sale fossile dalle origini molto antiche: si è formato circa 250 milioni di anni fa grazie al prosciugarsi di mari e laghi durante la fase di costruzione della catena dell'Himalaya. A detta dei suoi estimatori i benefici di questo sale sono molteplici: è più salutare perché ricco in oligoelementi; è puro perché si è depositato milioni di anni fa quando l'inquinamento dei mari non c'era ed è facilmente assimilabile dall'organismo umano grazie alla struttura dei cristalli.

|| **Sale nero delle Hawaii** è raccolto sulla piccola isola hawaiana di Molokai. Il suo colore è dato dal fatto che il sale si combina con carbone vegetale attivo, a cui vengono attribuite proprietà disintossicanti. In cucina viene spesso usato anche come condimento decorativo.

|| **Sale affumicato della Danimarca** viene affumicato con legno di quercia, ginepro, faggio, olmo rosso e ciliegio. Il suo gusto è quindi più deciso ed è ottimo se utilizzato per condire piatti a base di carne e verdure.

la lista non finisce qui...!