



Масло от кайсиеви ядки

Първите споменавания на популярното днес масло датират от 3000 г. пр.н.е. и са открити в китайски записи. Постепенно разпространявайки се по света, славата на това масло от Гърция и Италия достигнала до Европа. Има доказателства, че още през I век сл. Хр. европейците са знаели за полезните свойства на маслото, произведено от кайсиеви ядки. Това масло се получава чрез така нареченото студено пресоване на ядката. В някои случаи в процеса на промишлено производство на кайсиево масло, е допустимо да се смесва с масла от сливови ядки. Кайсиевото масло се класифицира като категория така наречените базови масла. Този продукт се характеризира с прозрачен светложълт цвят, заедно със слаб, доста приятен аромат. А по консистенция е доста течна и леко вискозна. Съставът на маслото от кайсиеви ядки в много отношения напомня на бадемово и прасковено масло, които също се класифицират като базови масла.

Как да съхранявате: Препоръчително е маслото да се съхранява на тъмно и хладно място, винаги в плътно затворен контейнер. При правилно съхранение срокът му на годност може да бъде 6-12 месеца. Чистото натурално масло трябва да се продава в тъмен стъклен съд с плътно затваряща се запушалка (без нея то ще се изпари, а в прозрачно стъкло може да се разруши). Слънчевата светлина е просто разрушителна за маслата, така че обърнете внимание на мястото, където е стояло. Ако слънчева светлина е паднала върху него, това масло вече не е полезно. В готвенето: За кулинарни цели кайсиевото масло се използва като овкусител при приготвянето на ликьори, някои ястия и салати. Използването на масло е най-типично за италианската кухня. Поради високата си цена обаче, маслото се добавя само за вкус, а не за готвене с него.

Хранителна стойност и полезни свойства

Маслото от кайсиеви ядки се основава на моно- и полиненаситени киселини. Преобладават олеиновата (60%) и линоловата (30%) мастни киселини. Това са антиоксиданти, които защитават клетките на кожата отвътре и отвън от токсични ефекти. Минералният състав на маслото е представен от калиеви и магнезиеви соли. Те поддържат кожата хидратирана и могат да стимулират клетъчния метаболизъм. Маслото е богато и на витамини, необходими за старееща и уморена кожа. Витамин А може да нормализира производството на себум, да успокои кожата и има положителен ефект върху кожата, склонна към обриви. Витамините от група В (В15, В17), спомагат за подобряване на тената и предпазват кожата от различни външни влияния. Витамин С е не само мощен антиоксидант, но и стимулатор на естественото производство на колаген. Витамин F присъства в маслото от кайсиеви ядки в активна форма, в сравнение с подобни масла. С негово участие се осъществява клетъчна обмяна на мазнини и кислород. Освен това успокоява кожата, бори се с обриви, лющене и сухота, предпазва от слънчеви лъчи и битови условия. химии. Този витамин е незаменим и за косата и скалпа. Премахва неприятното усещане за стягане и може да

предотврати пъхота.

Полезни и лечебни свойства: Първоначално маслото от кайсиеви ядки се е използвало за лечение на тумори и язви. Източните лечители са използвали това масло за лечение на хемороиди, както и болки в ушите и носа. Именно те, докато са използвали кайсиево масло, са открили и другите му свойства, като например овлажняване на кожата, която прави мека и гладка, както и облекчаване на възпалителни процеси в кожата. Интересното е, че в Англия през 16 век стойността на маслото от кайсиеви ядки е била сравнима със стойността на златото. Освен това маслото насърчава заздравяването на пукнатини по кожата, ожулвания, порязвания и изгаряния. Фармацевтите използват това масло като разтворител за някои лекарства, които се прилагат подкожно или мускулно, както и за приготвяне на различни мехлеми. При болки в ставите и гърба се препоръчва използването на кайсиево масло с 2 капки масло от лавандула и сандалово дърво. Втривайте нежно болезнените места с това масло всеки ден в продължение на 10 дни. Маслото ще помогне и при киселини. Така че, трябва да смесите 2 капки масло от мента и лимон с 15 милиграма масло от кайсия и да втриете зоната на слънчевия сплит с получената маса.

Приложение в козметиката: Кайсиевото масло има омекотяващ и хидратиращ ефект, което е изключително важно за грижата за кожата. Този продукт не предизвиква алергии, нетоксичен е и се разпространява чудесно по повърхността. При редовна употреба, ако нанесете маслото върху чиста кожа, то нормализира метаболизма на мазнините, придавайки на кожата еластичност, еднородност на цвета и еластичност. Това масло се използва в чист вид или в комбинация с други масла, което зависи от решаваните проблеми и желания резултат. Маслото от кайсиеви ядки насърчава здравето и се грижи за суха, чувствителна, тънка и дехидратирана кожа. Смята се, че това масло може да се използва за всеки тип кожа, особено през есента. Кайсиевото масло е подходящо за грижа за отпусната, уморена кожа с намален тонус и еластичност. Ако цветът е матов и кожата е нездравословна, тогава маслото може да се справи с този проблем, тъй като ще помогне на кератинизирани люспи на горния слой на кожата да се отлепят, обновявайки епидермиса. Маслото от ядки помага за синтезирането на колагенови и еластинови влакна, поради което се счита за отлично средство за предотвратяване на стареенето. Кайсиевото масло се използва широко и за маски и приложения, които помагат за облекчаване на умората, обривите и премахването на пигментацията на кожата. Това масло е подходящо за маски, използвани при кожни проблеми, както и за редовна ежедневна грижа за всякаква кожа. Маслото се използва и за почистване на кожата, за което е необходимо да вземете памучен тампон, да го накиснете в топла вода, да го изстискате леко, да нанесете няколко капки кайсиево масло и да избършете лицето си по масажните линии. Можете също така да правите маслени компреси няколко пъти седмично. За целта накиснете парче марля в затоплено масло от кайсиеви ядки и го нанесете върху лицето си за 20 минути. След това изплакнете лицето си с вода и подсушете с кърпа. А с редовна употреба на масло от кайсиеви ядки за коса, тя става мека и послушна, придобивайки здравословен блясък. Сухите краища също ще бъдат възстановени при постоянна употреба. Можете да добавите маслото към балсам или маски, използвани

за коса - 10-20 капки. Или можете просто да нанесете маслото върху косата си, докато се къпете. Лесно се отмива: с топла вода, без да създавате проблеми. Като подхранващо средство можете да загреете малко кайсиево масло, да го втриете в скалпа и да увиете главата си с фолио и дебела кърпа за 30-60 минути, след което можете да измиете косата си с шампоан. Кайсиевото масло може да се използва и вместо продукти за грижа за кожата след душ. В този случай то ще омекоти кожата, като помогне за премахване на зачервяването, лющенето и възстановяването на увредените клетки. През лятото, преди да излезете на слънце, смажете кожата и косата си с кайсиево масло, което ще предотврати негативното въздействие на UV лъчите. Кайсиевото масло се използва и за масаж. Така че, можете да нанесете малко масло върху кожата на тялото и да го втривате с леки движения, докато се абсорбира в кожата. За масаж можете да вземете чисто кайсиево масло или да го комбинирате с други етерични масла.

Антицелулитен масаж също се прави с това масло. Ето една от рецептите за този вид масаж: 3 капки лимоново масло; по 4 капки копър и розмарин или хвойна; по 3 капки здравец и грейпфрут; около 1,5 с.л. масло от кайсиеви ядки. Само не забравяйте, че трябва да смесите чудодейния състав в точния ред, в който са дадени съставките. Ето още няколко интересни козметични рецепти с кайсиево масло:

Маска за проблемна кожа: 1 супена лъжица кайсиево масло, по 1 капка масла от лавандула, чаено дърво и лимон. Може да се прилага като редовни приложения или върху цялото лице, като се избягва деликатната кожа около очите.

Маска за комбинирана кожа: 1 супена лъжица кайсиево и прасковено масло, по 1 капка масла от иланг-иланг, лимон, нероли и мента.

Маска за облекчаване на умората: по 1 капка масло от пачули и лайка за 1 супена лъжица масло от кайсия. Витаминизиращ лосион за почистване на суха кожа: 1 супена лъжица масло от кайсия, 1 чаена лъжичка рициново масло, 10 капки витамин Е. Подхранващ крем за очи: по 1 чаена лъжичка масло от кайсия и зехтин, 1 капсула Аевит в масло, половин чаена лъжичка масло от шипка. Препоръчително е този крем да се нанася върху кожата на клепачите преди лягане. Смес против бръчки: по една супена лъжица масло от семена, масло от жожоба и авокадо, 4 капки масло от розово дърво и 3 капки масло от тамян. Може да се нанася вечер и през деня върху почистена кожа. Хидратиращ крем за тяло: 2 супени лъжици масло от бадем и кайсия, 2 капки масла от иланг-иланг, сандалово дърво и лавандула. Струва си да нанасяте тази смес върху тялото след водни процедури, дори можете да го правите всеки ден.