

"กานพลู" เครื่องเทศ ต่อด้านอนุมูลอิสระ

นำเสนอเมื่อ : 27 มี.ค. 2553

นักวิจัยของมหาวิทยาลัยมิกวล เฮอนันเตซ
ยกให้กานพลูเป็นเครื่องเทศที่มีสรรพคุณเป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระธรรมชาติ ทำคุณประโยชน์
ให้ร่างกายมากที่สุด

พวกเขาได้พบในการแยกธาตุกานพลูพบว่า มีสารประกอบฟีนอลิกในระดับสูง รวมทั้งคุณสมบัติอย่างอื่น
"ในการทดสอบคุณสมบัติของการเป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระ 5 แบบ มันจะให้ไฮโดรเจนออกมาได้มากที่สุด
ช่วยลดไขมัน และเป็นตัวดูดซึมธาตุเหล็กได้ดีที่สุด" นักวิจัยผู้หนึ่งเผย

ด้วยเหตุเช่นนั้น นักวิจัยจึงได้ระบุไว้ในรายงานผลการศึกษา เผยแพร่อยู่ในวารสาร "กลีนและรล"
ของสหรัฐฯจัดอันดับให้กานพลูเป็นตัวต่อต้านอนุมูลอิสระธรรมชาติอันดับ 1

"ผลการศึกษาแสดงว่า การใช้สารต่อด้านอนุมูล อิศระธรรมชาติ
ดังที่เป็นอยู่ในอาหารแบบชาติตามริมฝั่งทะเลเมดิเตอร์เรเนียน หรือสารสกัดของมัน
สารเหล่านี้แสดงให้เห็นสรรพคุณในฐานะ เป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระอย่างสูงและซึ่งอาจจะให้คุณแก่สุขภาพ"

ขอบคุณข้อมูลเพื่อการศึกษาจาก [หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ](#)

<http://www.thairath.co.th/content/life/73100>