



**Здоровье — это счастье!**

**ПОЛЕЗНЕЕ,  
ЧЕМ ЖЕНЬШЕНЬ!**

# **ЦИКОРИЙ— ВЕЛИКИЙ ЦЕЛИТЕЛЬ**



**Уникальное  
лекарство**

**21  
века**

**ГРИГОРИЙ МИХАЙЛОВ**

**Григорий Михайлов**  
**Полезнее, чем женьшень!**  
**Цикорий – великий**  
**целитель. Уникальное**  
**лекарство 21 века**  
**Серия «Здоровье – это счастье»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*<https://litres.ru/7002986>*

*Полезнее, чем женьшень! Цикорий – великий целитель. Уникальное  
лекарство 21 века / Григорий Михайлов: АСТ; Москва; 2014  
ISBN 978-5-17-084387-9*

### **Аннотация**

<p>Новая книга Григория Михайлова, знатока целебных растений, автора многократно переиздававшегося бестселлера «Целительные свойства имбиря», рассказывает об уникальных лечебных свойствах цикория. Недаром это растение в народе называют «Царь-корень» – кроме прекрасных вкусовых качеств, оно обладает свойством избавлять людей от множества недугов: заболеваний пищеварительной и мочеполовой систем, поражений кожи и слизистой, депрессии и синдрома хронической усталости, ОРВИ и ожирения.</p> <p>Вкусный и полезный цикорий

станет незаменимым помощником в деле обретения здоровья, долголетия и хорошего настроения!</p>

# Содержание

От автора	8
Цикорий известный и незнакомый	11
Как выглядит цикорий	13
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# Григорий Михайлов

## Полезнее, чем женьшень!

### Цикорий – великий целитель. Уникальное лекарство 21 века

*Настоящее издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.*

*Книга Михайлова, как всегда, выше всяческих похвал! Море интересной информации и полезных советов, рецепты простые и одновременно действенные. Это самая настоящая кладовая здоровья!*

*Елена К., Челябинск*

*Очень люблю цикорий, уже много лет пью его вместо кофе и был очень рад узнать, что мой любимый напиток – еще и прекрасное средство от множества болезней. Уже воспользовался несколькими рецептами и смог избавиться от отеков ног, а жена отмечает явные улучшения в работе желудка. Обязательно буду осваивать и другие рецепты из этой книги!*

*Сергей Владимирович, Казань*

*За что люблю книги Михайлова – все рецепты просты и понятны, продукты доступны и естественны для нашего, российского организма. Никакой труднодобываемой экзотики, ничего, что было бы невозможно сделать в условиях обычной кухни. Зато и действительно! От книги к книге доверие к автору все растет – он действительно знает, о чем пишет.*

***Ольга Суворова, Санкт-Петербург***

*Воспользовался рецептами из этой книги во время сезонного гриппа, и вот результат – справился с болезнью в несколько раз легче и быстрее, чем это бывает обычно, и практически без использования аптечных лекарств!*

***Николай Ч., Кострома***

*С нетерпением жду выхода каждой новой книги автора – ведь все они посвящены тому, что так важно и значимо в наш «пропитанный» химией век, – природным, естественным лекарствам!*

***Л. С., Волжский***

*При помощи цикория мне удалось справиться с самой большой моей проблемой – избыточным весом. Я худею! Не так быстро, как обещают сомнительные разрекламированные препараты, но стабильно и без вреда для здоровья. А на самом деле еще и с пользой – я забыла о бессоннице, и моим нервам теперь не страшны*

*никакие стрессы!*

*Элина И., Мурманск*

# От автора



После выхода в свет моей книги о поразительных свойствах имбирного корня «**Целительные свойства имбиря**», я получил от вас, уважаемые читатели, очень много отзывов. История имбиря и его лечебные свойства оказались настолько интересными, что вы захотели узнать больше и о других целебных растениях. Мне было приятно узнать, что книга так понравилась читателям. Особенно же радостно ви-

деть, что интерес к лекарственным растениям не угас до сих пор.

Это неудивительно – на мой взгляд, современная культура уводит нас все дальше от природы. Отрыв от корней, от самого естества чреват многочисленными заболеваниями, с которыми не всегда может справиться современная медицина. Но даже если она и способна вылечить болезни при помощи современных фармацевтических средств, то последствия применения чужеродных химических веществ могут оказаться самыми неприятными. И тогда остается снова обращаться за помощью к природе.

Растительный мир богат растениями с полезными свойствами. Но многие из них, издревле используемые в пищу и для лечения, постепенно забываются. И тогда поразительным открытием становится воспоминание, новое узнавание растений, которые растут прямо у нас под боком, на наших российских лугах и полях.

Цикорий – именно такое, несправедливо забытое растение. Конечно, про заменитель кофе, приготовляемый из цикория, знают многие. Но его лекарственные возможности, причем самого широкого спектра, почти забыты. Да и каждый ли узнает его при встрече? А ведь цикорий растет почти везде, и вы наверняка видели его нежные голубые цветы, поднимающиеся на высоких стеблях из луговых зарослей.

Цикорий не только лекарственное растение, но и съедобное. Цикорный салат люди употребляли еще в древности,

употребляют и до сих пор, выгоняя из корней молодую листовую. Современная селекция создала много сортов цикорного салата, который совмещает в себе и вкус, и пользу для нашего организма.

В своей новой книге я подробно расскажу о цикории и его невероятно полезных свойствах. Вы узнаете, при каких болезнях можно использовать цикорий, как правильно готовить и принимать, как собирать, чтобы он сохранил свои лекарственные свойства. Конечно же, обязательно упомяну и о том, как можно вырастить цикорий на собственном участке.

Думаю, эта книга окажется для вас, уважаемые читатели, не только интересной, но и полезной. Совершенно уверен, что знания о царственном цикории обязательно пригодятся вам. Будьте всегда здоровы!

*Г. Михайлов*

# Цикорий известный и неизвестный





*Лекарственные свойства цикория известны человеку с давних времен. В Египте времен фараонов его корень считался противоядием при укусах тарантулов и скорпионов. Древние римляне хорошо знали о способности листьев цикория улучшать пищеварение. На Востоке цикорий применяли при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, глаз, при подагре.*

# Как выглядит цикорий

Люди дали цикорию много имен – в разных странах его называли и «Дозорным», и «Дорожным стражем». И это не удивительно, ведь цикорий часто растет по обочинам дорог. Отсюда же идет и другое его название – «Петров батог». Западные и южные славяне – поляки, болгары, сербы – относились к цикорию с большой нежностью, дав ему имя «Невеста солнца» – за его умение поворачивать соцветия вслед за солнцем, как будто следить за ним глазами.

Цикорий обыкновенный (*Cichorium intibus*) – многолетнее растение из семейства сложноцветных – легко заметить в период цветения, который начинается в июне и продолжается до октября, до самых заморозков. В это время его широко разветвленные сизовато-зеленые стебли поднимаются на высоту от половины метра до полутора метров. Поверхность их слегка ребристая, шероховатая, сами стебли очень крепкие, ломаются и рвутся с большим трудом.



У цикория бледно-голубые соцветия-корзинки с язычковыми цветами по краям, как у ромашки, которые из-за цвета и формы нередко путают с васильками. Иногда встречаются соцветия белого, светло-фиолетового или розоватого цвета. Цветы цикория чувствительно реагируют на освещенность. Они открываются ранним утром, с восходом солнца, и сворачиваются во второй половине дня, не позднее пяти часов. В пасмурную же погоду цветы и вовсе не раскрываются.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.