

5 ผัก ต้องห้าม ในเทศกาลกินเจ!!!



5 ผัก ต้องห้าม ในเทศกาลกินเจ!!!

รู้หรือไม่คะว่า การกินเจ ไม่สามารถกินผักได้ทุกชนิด ผักที่ห้ามรับประทาน มีอะไรกันบ้าง แชร์เก็บไว้เลยจะได้ไม่พลาด

1. กระเทียม (รวมทั้งหัวและต้นกระเทียม)

แม้กระเทียมจะมีสารละลายไขมันในเส้นเลือด แต่กระเทียมก็มีความระคายเคืองสูง ผู้ที่เป็นโรคกระเพาะอาหารและโรคตับไม่ควรรับประทานมาก โดยมีความเชื่ออีกว่า กระเทียมจะไปทำลายการทำงานของหัวใจและกระทบต่อธาตุไฟในร่างกายด้วยค่ะ

2. หัวหอม (รวมถึงต้นหอม ใบหอม หอมแดง หอม หอมหัวใหญ่)

ศาสตร์โบราณของจีนถือว่า หัวหอมจะไปทำลายการทำงานของไต และมีผลกระทบต่อธาตุน้ำในร่างกาย แม้หัวหอมจะช่วยขับลม แก้อืดท้องอืด แต่การบริโภคมากเกินไปจะทำให้เกิดอาการหลงลืมง่าย และมีกลิ่นตัวอีกด้วยนะคะ

3. หลักเกียว (กระเทียมโทนจีน)

ไม่พบว่ามีมีการปลูกแพร่หลายในประเทศไทย เชื่อว่า หลักเกียว จะไปทำลายการทำงานของม้าม และกระเทือนต่อธาตุดินในกายค่ะ

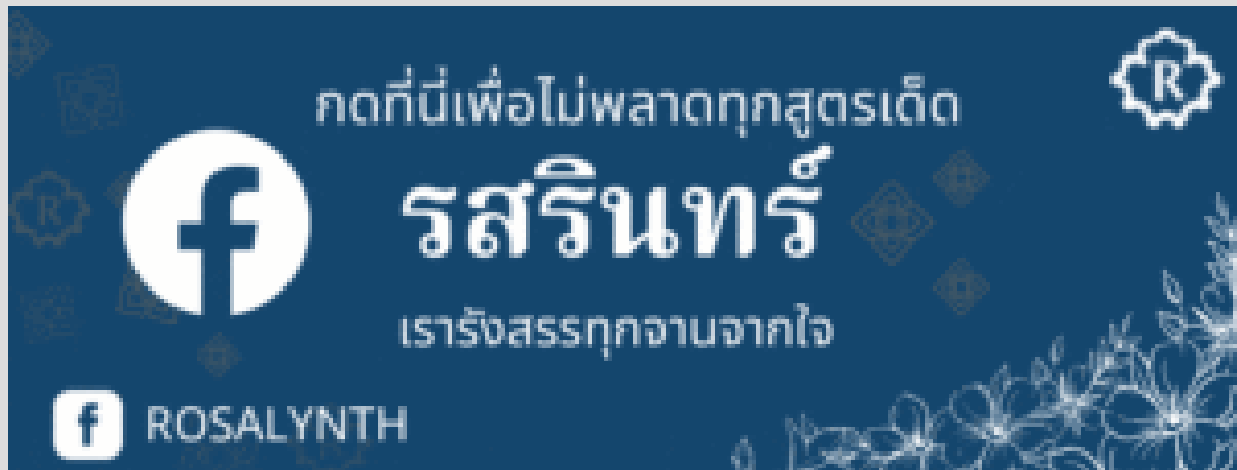
4. กุยช่าย

มีฤทธิ์ทำลายการทำงานของตับ และกระทบกระเทือนต่อธาตุไม้ในร่างกาย

5. ใบยาสูบ (บุหรี่ ยาเส้น)

ใบยาสูบ ถือเป็นของเสพติด ซึ่งจะไปทำลายการทำงานของปอด และกระเทือนต่อธาตุโลหะในกายด้วยค่ะ





อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ **Rosalyn** นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)