

■ سلولهای قلبی و عضلانی از روغن حیوانی به عنوان سوخت استفاده می‌کنند؛ افرادی سالها به دروغ گفته‌اند خوردن روغن حیوانی باعث سکت می‌شود! و سؤال این است که آیا جوانان امروزی که در سن ۳۵ سالگی بر اثر سکت فوت می‌کنند، روغن حیوانی مصرف کرده‌اند؟!

پیش از این مطلبی با عنوان **خیانت در حق سلامتی مردم با حذف «روغن حیوانی»** از دکتر حسن اکبری؛ متخصص آسیب‌شناسی، دانشیار دانشگاه شهید بهشتی و محقق طب سنتی ایرانی - اسلامی منتشر کردیم.

در آن مطلب اشاره شد که "اکثر سلولهای بدن مثل سلولهای مغزی از گلوکز به عنوان سوخت استفاده کرده اما سلولهای قلبی و عضلانی از روغن حیوانی به عنوان سوخت استفاده می‌کنند؛ افرادی سالها به دروغ گفته‌اند خوردن **روغن حیوانی** باعث سکت می‌شود و سؤال من این است که آیا جوانانی که در سن 35 سالگی بر اثر سکت فوت می‌کنند، روغن حیوانی مصرف کرده‌اند یا همین روغن‌های مایع موجود در بازار کشور را مصرف کرده‌اند؟!"

در ادامه مطلبی درباره "**روغن دنبه**" به عنوان یکی از روغن‌های سالم حیوانی، تقدیم مخاطبان شده که متأسفانه این روغن حیوانی سالم و پراورزی طی چند دهه اخیر به دلیل حجم گسترده تبلیغات ناصحیح از سفره غذایی مردم کشورمان حذف شده است:

از دیدگاه بوعلی سینا و حکمای ما اگر فاعل یعنی بدن و سیستم بدنی به خوبی قوی باشد که بتواند اثرات روغن حاصل از دنبه گوسفندی را حل کند یا اینکه بدن قوی باشد یا فرد مزاج خیلی گرمی داشته باشد که بتواند دنبه را هضم کند یا اینکه فرد کارهای سنگین و فعالیت‌های سنگین مانند کشاورزی داشته باشد در این موارد خوردن روغن دنبه مفید است و در غیر این صورت باید مصرف آن را کم کند به ویژه در سنین کهنسالی.

در روستاها دیده می‌شود که فرد 100 سال عمر دارد اما به راحتی روغن دنبه مصرف می‌کند و هیچ مشکلی برایش ایجاد نمی‌شود چرا که با انجام کارهای سنگین دنبه را به خوبی هضم می‌کند و در برخی موارد کمی مرزه یا آویشن همراه آن می‌خورند که اثرات آن را بهتر می‌کند.

برای کسانی که خیلی دوست دارند دنبه بخورند، نسخه‌ای وجود دارد از رازی و بوعلی سینا آن را تایید کرده‌اند و گفته‌اند که اگر کسی خواست دنبه مصرف کند بهتر است:

سه کیلو دنبه گوسفندی را با سه عدد پیاز درشت به اضافه یک لیوان سرکه یا آبلیمو یا آغوره خانگی یا رب انار خانگی به همراه یک لیوان گلاب اضافه کرده و 150 گرم پوست سیب درختی یا رنده سیب درختی یا 150 گرم میوه "به" نیز به آن اضافه شود همچنین، یک قاشق چایخوری میخک یا 2 قاشق کاکوتی اصل به مخلوط دنبه خود اضافه کنیم و همه را هم چرخ کرده و این ترکیب را با مقداری آب مخلوط و روی شعله ملایم می‌گذاریم تا آب آن بخار شود و روغن خالص بماند و بعد صافش می‌کنیم و می‌گذاریم در جایی منجمد شود.

پیاز و ترکیباتی که به دنبه گوسفندی اضافه می‌کنیم بوی بد دنبه را از بین می‌برد و اصلاحش می‌کند یعنی آن لزوجت و غلظت آن را از بین می‌برد و مانع رسوب آن می‌شود و اگر به این صورت تهیه شود می‌توان مصرف کرد.