

צת הרימון

ביהדות, הרימון מסמל פוריות, מלאות, חכמה, יופי ושפע. על-פי המסורת, מספר גרגרי הרימון הוא: 613, כמספרן של תרי"ג מצוות התורה וכמספרם של איברי וגידי הגוף. בשל תכונות אלה מכבד הרימון בסעודת ראש השנה. אצל שומרי המסורת, הוא מייצג את הזכויות הרבות להם אנו מייחלים בפתחה של שנה חדשה. פרי הרימון מופיע לא מעט כאלמנט קישוט אצילי; בשיר השירים: "כפלח הרימון רקתך מבעד לצמתך", וכן הוא משובץ אחר כבוד בארכיטקטורה היהודית הקדומה - על עמודי בית המקדש, בבתי כנסת, בבנייני ציבור ובפסיפסים.

מעבר להיותו מלך יפה-תואר וטעם, שימש הרימון, על כל חלקיו, לריפוי ולהזנה. כיום מאשרים זאת גם מחקרים רפואיים מודרניים, בהם נמצא כי הרימון משפר את תפקודי הלב וכלי הדם. על פי המחקרים צריכה יומיומית של גרגרי הרימון או המיץ תורמת להפחתת רמות הכולסטרול "הרע" בדם, (LDL) להפחתת רמות לחץ הדם, לשיפור זרימת הדם ללב ואפילו לנסיגה של טרשת העורקים!!!

כמו כן, יכול הרימון להגן מפני התקפי לב, אירועים מוחיים ומחלות קיבה וכבד, להקל על בעיות עיכול ולשמש כאנטי אוקסידנט מצוין.

בנוסף לכך, מחקרו של ד"ר אפרים לנסקי מהטכניון בחיפה חושף את יכולותיו של פרי הרימון במלחמה בתאי סרטן השד. במחקר זה נבדקו שמן שהופק מגרעיני הרימון וכן יין ותמצית קליפות רימונים. חומרים פעילים המצויים בפרי ובקליפה פשוט גרמו להרס תאי הסרטן באחוזים גבוהים.

מחקר אחר, שנערך באוניברסיטת וויסקונסין שבארה"ב, מצא כי הרימון הצליח לעכב את גדילת תאי סרטן הערמונית. נמצא, כי הרימון מכיל ריכוז גבוה של מרכיבים הקרויים פוליפנולים, המעניקים למיץ הרימון תכונות של נוגד חמצון רב עוצמה (יותר מיין אדום ותה ירוק!). לפיגמנט האדום - האנתוציאנין, סגולות נוגדות חמצון ונוגדות דלקת. יחד הם תורמים, בשילוב עם רכיבים מגנים אחרים ברימון כמו הטנינים, להאטת תהליכי הזדקנות. הרימון האדום הוא מקור מצוין לברזל ומומלץ לטיפול באנמיה. גם הרפואה הסינית רואה בו, בשל צבעו, פרי המחזק את הדם.

על מנת ליהנות מן ההשפעות המיטיבות של הרימון, מומלץ לאכול באופן יומיומי חצי כוס גרגרי רימון או לשתות חצי כוס מיץ.
כדאי לקנות כמות גדולה של רימונים בעונה ולשמור אותם בקירור מספר חודשים (עד חצי שנה!), וכך ליהנות מיתרונות הרימון גם לאחר שתמה עונתו.



hne ch