

Cibo e amore

Proprietà afrodisiache e potere di seduzione di alcuni alimenti



Sì, è proprio così: uomini e donne vanno presi per la gola, o almeno nelle occasioni speciali quali il 14 Febbraio **San Valentino, festa degli innamorati** e chi non ha un innamorato/a, non si disperi..., il giorno successivo, cioè il 15 Febbraio, è **San Faustino protettore dei "single"**.

Se avete deciso di preparare una cenetta a lume di candela per il vostro "lui" o "lei", gli alimenti che andrò ad elencarvi, non devono assolutamente mancare, ovviamente cucinati con la **Carne**, visto che secondo la tradizione, ma anche in base ad accertamenti scientifici, accendono l'eros e la passione di chi li consuma. Detto questo, ecco l'elenco degli alimenti che accostati alla **Carne**, accendono i sensi, e che quindi saranno i vostri alleati per la cena di *San Valentino* o per quella di *San Faustino*.

La **Carne** sin dai tempi antichi era considerata di basilare importanza per risvegliare il desiderio sessuale e conservare a lungo le energie fisiche. Particolarmente efficace era giudicato il cervello di qualsiasi animale, e la carne dei piccioni e degli sfrenati passeri, capaci - secondo Aristotele- di «coire» ottantatré volte nel giro d'un'ora; erano reputati autentici toccasana, infine, (e s'intende perché) i "gioielli del Re di Spagna" ovvero i testicoli di toro, quelli d'agnello, i «granelli» di gallo e il membro del cervo. Senza però andare troppo indietro nel tempo, viste le radicali trasformazioni di atteggiamenti, cultura e abitudini culinarie, si possono consumare altri tipi di **Carne** senza rinunciare alle proprietà afrodisiache proprie delle Carni in generale.

Nella carne si trova infatti un aminoacido : l'Arginina che è un afrodisiaco naturale femminile che pare aumenti il desiderio sessuale dando così un impulso alla libido.

Il **Fegato** sì, ha un odore forte! Sì, ha un sapore forte! Ma il suo effetto sulla libido, anche la più spenta, è talmente grandioso che vorrete fare uno sforzo e gustarlo.

Qualcuno osa sostenere che le **UOVA** non siano sensuali. Niente di più sbagliato. Quelle di quaglia sono le più indicate. Basta saperle servire nel modo giusto(magari imboccandosele.....) Contengono vitamina B5 e B6 che bilanciano la produzione di ormoni e alleviano lo stress (ansia da prestazione addio!!). In alcune culture addirittura gli uomini ingurgitano un uovo crudo prima del sesso, per l'energia che regala.

Se vi piace il **tartufo**, non fatelo mancare a tavola: il suo effetto afrodisiaco è assicurato, grazie ad un ormone molto potente, chiamato androstenediolo, contiene sostanze complesse simili per struttura chimica agli ormoni sessuali, caratterizzate da un odore molto "incisivo". *"Spesso sottovalutiamo l'importanza degli odori nell'accendere la scintilla del piacere - nota il nutrizionista - invece sono in parte responsabili dell'attrazione a pelle che scatta tra le persone".)*

Non dimenticate il **sedano**, un vegetale che stimola le ghiandole sessuali. Contiene androsterone, un ormone inodore che, trasudato attraverso la pelle dell'uomo, stimola le donne e accresce il loro desiderio sessuale.

Il **peperoncino** è un jolly che potete inserire dove volete, nei vari condimenti di carne: **essendo un vasodilatatore**, stimola l'afflusso di sangue ai genitali. Ma provoca anche un rilascio di adrenalina che dà una botta di energia e libera le endorfine e poi l'eccitazione ... vien da sé.

Il **finocchio** è invece un afrodisiaco "per lei" perché contiene anetolo, una sostanza ad azione simile (sebbene in modo molto blando) a quella degli ormoni sessuali femminili, che controllano l'eccitazione e il piacere della donna.

La **salvia**, invece, è particolarmente indicata per stimolare il sistema nervoso femminile, perché serve a migliorare il relax e il raggiungimento dell'orgasmo.

Anche la **rucola** è da sempre considerata un'erba che stimola l'attività sessuale.

Nel condire i piatti utilizzate un pò di **rosmarino**, che è un'erba tonica e stimolante, combatte l'affaticamento e la stanchezza.

E che dire dell'**aglio**, il cosiddetto "viagra dei poveri"? Certo, i baci saranno meno appassionati per ovvie ragioni, ma se lo mangiate entrambi il danno diminuisce.

Lo **zafferano**, spezia pregiatissima (è considerata l'oro delle spezie), possiede proprietà stimolanti delle zone erogene.

La **melagrana** il cui succo dei semi, soprattutto appena schiacciati, ha un altissimo contenuto di antiossidanti, che prolungano l'attività del nitrossido, amplificandone gli effetti sulla funzione erettile maschile.

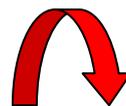
La **mela**, simbolo del peccato originale, metafora del desiderio e nutrimento perfetto, gustosa e salutare, stuzzica i sensi e predispone al piacere.

I **mirtilli** sono ricchi di vitamina B, vitamina C e vitamina E, inoltre sono ottimi antiossidanti, aiutano a rinforzare il sistema immunitario, aumentano i livelli di ossigeno nel nostro corpo e la circolazione dove conta...

Le **mandorle** sono ricche di grassi acidi, ottimi per mantenere gli ormoni sessuali in buona salute. Le mandorle tostate, inoltre, sono ultra ricche di manganese, che protegge gli organi sessuali

Il **Cioccolato fondente** è ricco di antiossidanti, caffeina e teobromina, quest'ultime stimolano il sistema centrale nervoso, e la feniletilamina, simile alle anfetamine, il cui effetto a livello emotivo è affine a quello dell'innamoramento. Tutte sostanze che possono aumentare il flusso sanguigno e la libido.

E allora.....



..... per **S.Valentino** o **San Faustino** scordatevi cinema, teatro, balletti, concerti, aperitivi, festicciole. Per un appuntamento ben riuscito bisogna essere in due, in un posto tranquillo, che agevoli la chiacchiera. E se volete che la serata finisca in un trionfo sotto le lenzuola, non c'è modo migliore per arrivare al cuore che passare per la pancia. E non c'è niente di più divertente da fare in coppia, oltre al sesso, che giocare col cibo. Quindi organizzatevi per una cenetta a casa. (i bimbi piccoli dalla nonna... quelli un po' più grandi lasciate loro la libertà di ritornare pure tardi....)

La Carne a cena dà sensazioni....
Nel dopocena si vive d'emozioni.....



Nel sito troverete **alcune ricette** con gli alimenti afrodisiaci sopraelencati, che potenzieranno la sfera amorosa e faranno sbocciare appieno la libido.

La carne deve essere doverosamente la Nostra,
quella Naturale a km zero.