**Удивительное сходство овощей и фруктов с органами человека**

**Создавая людей, природа проявила недюжинную изобретательность. Голова идет кругом, когда пытаешься осознать всё множество чудесных  закономерностей,  которыми она наделила  и нас и мир вокруг. Сегодня речь пойдет  о связи, которая имеет место между некоторыми продуктами и человеческими органами. Особенностью этой связи является не только внешнее сходство, но и то удивительное воздействие которое овощи оказывают на наш организм.**



Наверное, каждый замечал внешнее **сходство грецкого ореха и мозга**, самого важного нашего органа. Более того, можно однозначно сказать, что орехи исключительно благотворно влияют на мозг, насыщая его витаминами полезными жирными кислотами.



**Корень имбиря внешне похож на желудок**. А если обратиться к его свойствам, он помогает справиться с тошнотой и симптомами отравления.



Известный факт: **морковь способствует улучшению зрения**. А её поперечный разрез очень напоминает глаз. Витамины и антиоксиданты из моркови помогут вам сохранить или восстановить зрение, но больше эффекта окажут, если вы будете есть их вместе с продуктами, содержащими жиры – сметаной, растительным маслом.



**Сельдерей похож на кости и помогает им**! Большое количество натрия и кремния позволяет обогатить ими организм извне, вместо того чтобы вытягивать полезные вещества из костей, делая их хрупкими.



**Форма сладкого картофеля напоминает поджелудочную железу**. Он защищает её (и весь наш организм) от рака и старения. Богатый антиоксидантами продукт влияет на все ткани в теле человека.



**Томат, как и сердце**, состоит из камер, но дело не ограничивается только внешним сходством. Ликопин помогает справиться с сердечными заболеваниями или даже предотвратить их. Однако, лучше употреблять его в пищу совместно с жирами, как и морковь – это позволит увеличить усваиваемость в 10(!) раз!

Питайтесь разнообразно, ешьте правильную пищу и будьте здоровы!