



Ученые кормили добровольцев рисовой кашей, приправленной несколькими граммами корицы. Вторая группа испытуемых получали рисовую кашу без приправы. Оказалось, что у получавших кашу с корицей уровень сахара после еды был более низким». По мнению ученых, корица замедляет перистальтику, поэтому пища медленнее поступает в тонкий кишечник, а значит и углеводы всасываются постепенно. Ученые советуют больным сахарным диабетом чаще использовать корицу.

{pageviews 00 none} *Информация предоставлена сайтом:* [avlen.ru](#)

---