

## Pepe

di [Angel85](#)

per Dieta-Dimagrante.com

© Tutti i diritti Riservati

Denominazione comune di alcune specie del genere Piper del loro prodotto (frutto disseccato), nonché del prodotto di piante d'altri generi.

Si riserva peraltro il nome di Pepe vero o Pepe comune al solo frutto di Piper nigrum, mentre gli altri debbono essere considerati come prodotti consimili, ma non identici a causa della differente composizione chimica dei rispettivi frutti.

Il pepe vero viene usato, per il suo aroma particolare ed il suo sapore piccante, come condimento in diverse pietanze, nella preparazione di salumi e in farmacologia.

Tali caratteristiche sono dovute a un olio essenziale (contenuto nella proporzione dell'1,5-3%), ad una resina acre, ad amido, a [grassi](#) ed infine ad alcuni composti di natura basica ( piperina, pipericina, cavicina).

Il pepe vero è posto in commercio in due tipi: nero e bianco.

Può anche essere usato per rinvigorire il corpo, regolare la temperatura corporea, espellere le tossine, è la nostra barriera protettiva, ma teme gli [stress](#) termici, cioè gli sbalzi tra il caldo degli ambienti chiusi e il freddo dell'esterno.

Non solo, d'inverno la microcircolazione è più lenta ed è assai frequente il ristagno dei liquidi e i conseguenti gonfiori, specie nelle gambe.

Inoltre la maggior dispersione di [acqua](#) rende la pelle secca e ruvida, mentre l'opacità è data da un rallentamento del ricambio cellulare.

Il solito idratante non basta più, ci vogliono burri, come quello di karitè, che si liquefa a contatto con la pelle lasciando un velo di protezione.

Evita invece le creme profumate perchè l'alcol disidrata ulteriormente.

E per riscaldare il corpo e stimolare l'energia, massaggiarsi con olio essenziale di pepe, che aumenta l'afflusso di sangue.

Angel85