

Kara Ceviz

Kara ceviz namı diğer siyah ceviz bizim buralardan değil. Türkiye’de sınırlı alanda yaşam alanı bulabilen [karaceviz](#) hayat yolculuğuna uzak diyarlarda başlamış.

Nerede mi? Doğu ABD ve Kanada civarlarında.

Kara ceviz konusunda bulup bulabileceğiniz en detaylı rehberi hazırlarken ben çok keyif aldım. İnaniyorum ki, siz de yazımı okurken büyük keyif alacaksınız.

Kara Ceviz Nedir?

Kara ceviz, normal ceviz ağaçlarına göre daha hızlı gelişim gösteren orman ve peyzaj bitkisidir. Dünya genelinde, daha çok ABD’nin kuzey bölgelerinde yoğun olarak yetişen ya da yetiştirilen farklı bir ceviz çeşididir.

Siyah Ceviz Faydaları Nelerdir?

1. Siyah ceviz içi omega-3 yağ asidi bakımından zengin olduğu için kalp sağlığını korur.
2. Kara ceviz kan basıncını düşürerek inme, felç gibi hastalıklara karşı birer kalkan görevi görür.
3. Kara ceviz içerdiği anti-inflamatuar maddesi sayesinde vücudu iltihaplı hücrelere karşı muhafaza eder.
4. Siyah ceviz içi, bazı kabızlık ve ishal rahatsızlıkları tedavisinde kullanılmaktadır.
5. Bir takım tıbbi ilaç üretiminde [siyah ceviz](#) tohumundan yararlanılmaktadır.
6. Kara ceviz içinin siyah kabukları, boya sanayisinde doğal siyah boya elde etmek için talep görmektedir.

Siyah Ceviz İçi Zararları Nelerdir?

1. Siyah ceviz kabuğu tozunun cilde uygulanması sonucu deri döküntüsü sorunu yaşanabilir. Ancak döküntü genellikle hemen kaybolur ve ciddi bir problem oluşturmaz.
2. Franquette ceviz, Ronde ceviz, Fernette ceviz gibi çeşitlerin meyvelerine göre lezzetli olmadığı bilinen kara ceviz içinin, bazı insanlarda alerji yaptığı tespit edilen zararlarından bir diğeri.
3. Kara cevize alerjisi olmayan bir insanın günde en fazla 4-7 adet kara ceviz tohumu (meyvesi) tüketmesi ideal kabul edilebilir. Fazla yenilmesi halinde, istenmeyen sonuçların ortaya çıkması tehlike teşkil edecektir. Aşırı tüketim sonucu ortaya çıkacak yan etkiler: baş dönmesi, mide krampları, bulantı, kusma ve bademciklerin iltihaplanması şeklinde olacaktır.
4. Siyah ceviz içini alerji hastaları, hamile kadınlar, emzirme döneminde olan anneler ve 3 yaşın altındaki çocuklar kesinlikle kullanmamalı. Ciddi endokrin bozuklukları olan hastalar ise bir uzmana danışarak aşırı dikkatli kullanılmalıdır.
5. Kara ceviz ağacından elde edilen odun talaşının, hayvanlar için altlık olarak kullanılmasına bağlı zehirlenmelerin ortaya çıkması.

Daha fazlası için: <https://tarimmemleketi.com/kara-ceviz>

Kaynak: <https://tarimmemleketi.com>