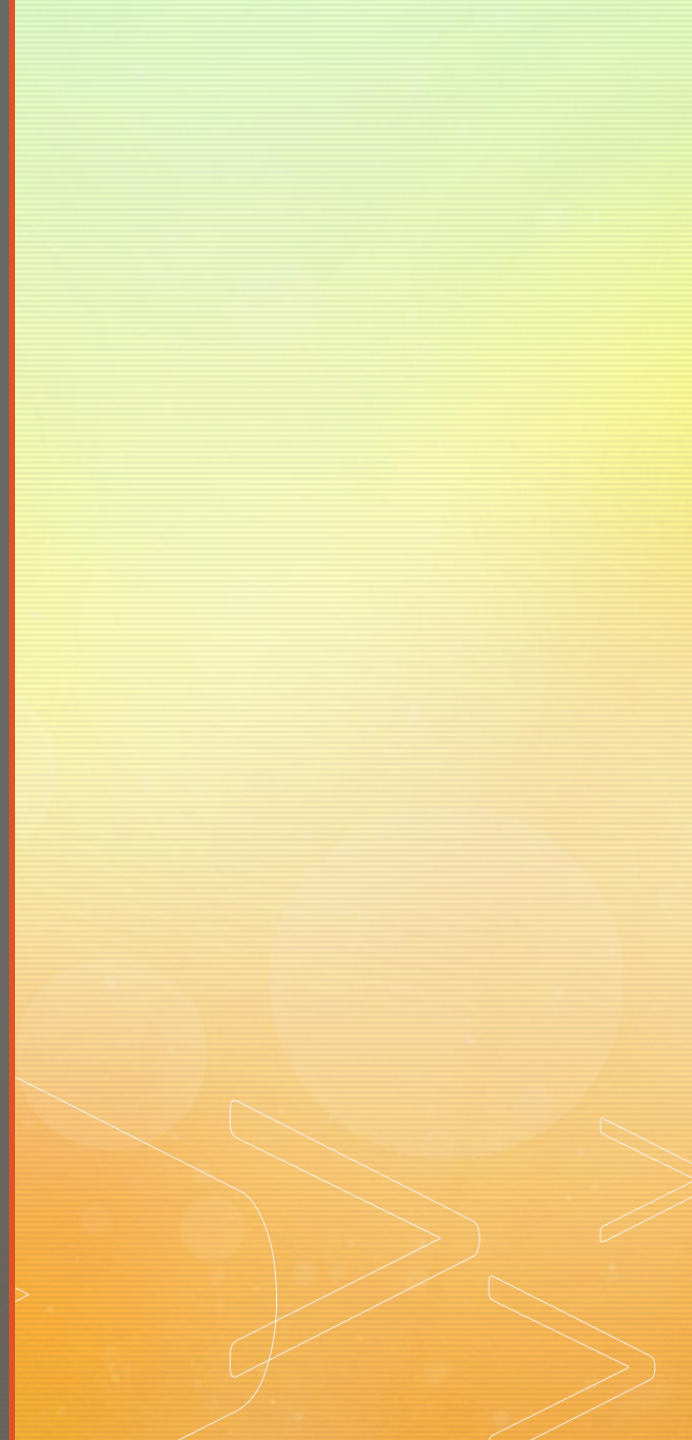


زيت السمسم



ما هو زيت السمسم؟

الشيرج أو زيت السمسم هو زيت نباتي صالح للأكل مشتق من بذور السمسم. وبالإضافة إلى استخدامه باعتباره زيت الطهي في جنوب الهند وأيضاً جنوب السعودية وبالأخص في منطقة بارق حيث يعتبر زيت طهي وعلاج، ولهم عناية خاصة به منذ القدم. غالباً ما يستخدم على أنه محسن نكهة في الصين واليابان وكوريا، وإلى حد أقل في المطبخ الجنوب شرق آسيوي.



فوائد زيت السمسم للشعر:

- يحارب الشيب المبكر.
- يشجع نمو الشعر الصحي.
- يهدئ فروة الرأس.
- يحمي من الأشعة فوق البنفسجية.
- يرطب الشعر ويمنع الجفاف.
- يحارب تساقط الشعر المبكر.
- يحارب قمل الرأس.



■ الطالبة : ميار اصليح
المعلمة: مريم دلعب
المديرة: اسماء ابو صاح
مدرسة بنات زيتا الثانوية

