

Ríbezľa červená (Ribes rubrum)

Plodom je červená bobuľa.

Obsahuje vitamín C, draslík, fosfor, horčík, vápnik, železo.

V nej obsiahnuté flavóny pôsobia proti arterioskleróze, nachladnutiu a pri problémoch s črevami.

Zabraňujú infekcii močových ciest.

Ríbezľová šťava je obzvlášť hodnotná pre obličky a pôsobí proti zápalovým pochodom v tele.

Zmierňuje tiež zahlienenie tráviaceho ústrojenstva.

Výborný je ríbezľový sirup a džem.

