

## אורז --- סכנה בריאותית אם לא שוטפים אותו היטב לפני הבישול

יצרני אורז רבים מוסיפים טאלק או סיד כדי לגרום לאורז להיראות לבן יותר, למנוע את הידבקות הגרגרים וכדי להאריך את חיי המדף שלו.

יצרנים אחרים מלטשים את הגרגרים באמצעות מלטשות העשויות אסבסט.

היצרנים הנורמליים יותר "רק" מצפים את האורז בגלוקוזה.

ידעתם???

לא מאמינים? חפשו בגוגל: אורז טאלק.

לאכול טאלק זה ממש לא בריא, שלא לדבר על הסרטן שמקבלים אם בולעים שאריות אסבסט.

הכי חשוב לשטוף את האורז היטב במסננת עם מים זורמים לפני הבישול.

הביטו במים הלבנים היוצאים מהמסננת: כשהם הופכים לצלולים, אפשר להתחיל בבישול.

רק בריאות ותעבירו לחברים.