

## શુ તમે બટાકાના આવા ઉપયોગ વિશે જાણો છો ?

ખાવામાં બટાકા ન હોય તો વાત નહીં બને . કોઈના કોઈ રૂપ માં બટાકા થાળી માં સામેલ થઈ જાય છે. ક્યારેક શાક રૂપે તો ક્યારેક ચિપ્સ કે ફ્રેંચ ફાઈજના રૂપ માં બટાકા ના ફક્ત ખાવામાં નહીં પરંતુ સાફ-સફાઈના સાથે ઘરના અન્ય કામો માં પણ કારગર છે.



- **કાટ હટાવે મિનટોમાં :** બટાકામાં આકજેલિક એસિડ હોય છે આથી તમે આનો ઉપયોગ લોખંડના વાસણમાંથી કાટ કાઢવા કે કાંચની સફાઈ માટે પણ કરી શકો છો. આ લોખંડના વાસણમાંથી કાટ કાઢી તેને સાફ કરી આપે છે.

જો ઘાતુના સામાન ઉપર કાટના નિશાન વધારે ઘાટું હોય તો બટાકા ઉપર મીઠું લગાવી ઘસો. પણ આ રીતમાં ધ્યાન રાખો કે વસ્તુ ઉપર ડાઘા ન પડી જાય.

- **કાંચને ચમકાવવા માટે :** બટાકાનો પ્રયોગ થાય છે. બટાકા ને કાંચ પર ઘસી સાફ કપડાથી લૂંછી નાખો.
- **બટાકાના બ્યુટી ફંડા :** બટાકાનો રસ ચેહરાના ડાઘ અને કરચલીઓને દૂર કરવાના સાથે ચેહરાની રંગતમાં પણ નિખાર આપે છે. આમાં રહેલો પોટેશિયમ સલ્ફર ફોસ્ફરસ અને કેલ્શિયમની માત્રા ચેહરાની સફાઈમાં મદદરૂપ બને છે.

ચેહરા ઉપર નેચરલ ગ્લો માટે અઠવાડિયામાં એક વાર બટાકાનો ફેસ માર્ક લગાવવો જોઈએ. કાચા બટાકાનો પેસ્ટ બનાવી ચેહરા ઉપર લગાવો અને એક કલાક પછી ચેહરો ઘોઈ લો.

બટાકામાં એંટી ઇંફ્લેમેટ્રી એટલે કે સોજો દૂર કરવાના તત્વો હોય છે. જો આંખો સૂજી ગઈ હોય તો સોજો દૂર કરવા બટાકાના સ્લાઈસનો ઉપયોગ કરી શકો છો.

હળદર કે બીટ કાપવાથી હાથ પીળા કે લાલ થઈ ગયા હોય તો તેના પર બટાકા કાપીને ઘસવાથી હાથ સાફ થઈ જશે.

- **એંટી સેપ્ટીક રૂપે :** શરીર નો કોઈ ભાગ બળી ગયો હોય તો તે સ્થાને બટાકા ને કાપી લગાવી દો આરામ થશે. શરીરમાં કોઈ જગ્યાએ ખંજવાળ થતી હોય તો તેના પર બટાકા કાપી ઘસી લો.
- **જ્યારે સ્વાદ બગડી જાય :** જો સૂપ કે શાકમાં મીઠું વધુ પડી ગયું હોય તો તેમાં બટાકાના નાના કટકાં કરી નાખો. શાક તૈયાર થયા પછી બટાકા કાઢી લો. શાકનો સ્વાદ યોગ્ય થઈ જશે.

- **જવેલરી ની સફાઈ :** જો તમારી ચાંદીની ઝાંઝર કે અન્ય કોઈ જવેલરી કાળી પડી ગઈ હોય તો તેને બટાકા બાફ્યા પછી બાકી રહેલ પાણીમાં ડુબાડી દો પછી કાપેલા બટાકાથી ઘસી દો, તે ફરીથી ચમકવા માંડશે.
- **ચામડાના બૂટ ચમકી જશે :** ચામડાના બૂટ કે ચપ્પલ ઉપર પાલિશ કરતા પહેલાં તેના પર કાચા બટાકા કાપીને ઘસી થોડા સમય સુકાવી પાલિશ કરી લો એથી તમારા બૂટ નવા જેવા લાગશે.
- **સ્વાસ્થ્યનો ચમત્કાર :** માથાના કોર પર કાપેલા બટાકા ઘસવાથી માથાના દુઃખાવામાં આરામ મળશે. ઘા લાગ્યા પછી લીલી પડી ગયેલ જગ્યા પર કાચા બટાકા વાટીને લગાવવાથી ફાયદો થશે અને ઘા ના દુઃખાવા અને નિશાન પણ ગાયબ થશે. પાચન સંબંધી રોગોમાં કાચા બટાકાનો રસ બહુ ઉપયોગી હોય છે. કારણ કે આ આંતરડામાં થયેલ સોજામાં રાહત આપશે અને પાચન શક્તિને વધારશે.