

6 przypraw, które sprawiają, że seks smakuje lepiej



Na co dzień ich nie dostrzegamy. Zalegają w naszych kuchennych szafkach i sięgamy po nie wtedy, gdy przepis nam o nich przypomni. A może trzeba odwrócić kolejność i szukać okazji, by używać ich jak najczęściej? Są takie przyprawy, które mogą pobudzić zmysły i otworzyć przed nami zupełnie nowe doznania, sprawiając, że seks będzie smakować lepiej. Przyprawy miłości, bo tak o nich mówić trzeba, są tylko na wyciągnięcie ręki. Czy rzeczywiście działają? Czas to sprawdzić!

Kardamon, czyli naturalny feromon

Atutem tej przyprawy jest bez wątpienia charakterystyczny zapach, który ma rozbudzać kobiece zmysły i wyobraźnię. To nie tylko teoria. Ekstrakt z kardamonu to naturalny feromon. Wiedzieli o tym

już starożytni Rzymianie i Grecy, którzy nasiona kardamonu miesza­li z woskiem, po czym wypełniali nim muszle i wpinali we włosy lub ubranie. Do tej pory przyprawa ta jest jednym z kluczowych składników męskich perfum. Miłosne właściwości kardamonu doceniono także w Indiach – w samej Kamasutrze został nazwany afrodyzjakiem, a według tradycji powinno się go wcierać w ciało. Nie będziemy Was specjalnie namawiać do tego ostatniego, ale polecamy dobre perfumy i crumble jabłkowe z kardamonem i żubrówką na dobry początek udanego zakończenia randki.

- **Sprawdź nasz przepis! [Crumble jabłkowe z kardamonem i żubrówką](#)**

[caption id="attachment_1676" align="aligncenter" width="800"]



Słodki deser z jabłkami.[/caption]

Anyż - smak miłości

O tym, że anyż „podnieca do spółkowania”, pisał już Dioskurides, osobisty lekarz Nerona. Miał on wpływać przede wszystkim na kobiety, działając stymulująco i zwiększając satysfakcję z seksu. Rzymianie chętnie wykorzystywali tę wiedzę w praktyce. Na słynnych rzymskich ucztach jako ostatnie danie serwowano ciasteczka anyżowe, co miało rozpalić w kobietach pożądanie. Dziś nauka już wie, dlaczego tak się dzieje, i potwierdza tezę Dioskuridesa. Te małe gwiazdki stymulują bowiem wydzielanie endorfin (tzw. hormonów szczęścia) oraz estrogenu, który odpowiada między innymi za

pobudzenie seksualne. Ile magii jest w anyżu? Przygotuj gruszki gotowane w winie, a się sam przekonasz.

- **Sprawdź nasz przepis!** [Gruszki gotowane w winie](#)

[caption id="attachment_1677" align="aligncenter" width="800"]



Aromatyczne gruszki z dodatkiem anyżu.[/caption]

Czarny pieprz na zmysły

Niegdyś był przyprawą królów i magnatów, nazywany „czarnym złotem”. O niego toczyły się wojny i dla niego organizowano morskie wyprawy. Trzymano go nawet w skarbcach pod kluczem! Choć już dawno spadł z królewskiego piedestału, to pieprz w kuchni wciąż jest numerem jeden i nie tylko dlatego, że pikantności potrawom dodaje. Okazuje się, że zwiększa też libido i zmysły rozpala – te wszystkie miłosne właściwości zawdzięcza piperynie, która odpowiada za ostrość. Pieprz mocno rozgrzewa, przyspieszając przemianę materii i zwiększając popęd seksualny. Jego aromat też nie jest obojętny intymnym zbliżeniom, o czym doskonale wiedzą producenci perfum, którzy chętnie po pieprz sięgają, by kobietę zapachem uwieść. Dodatkowo pieprz dodaje sił witalnych, a tych w sypialni potrzebujemy zawsze! Czy pieprz może rozbudzić apetyt na miłość? Może warto spróbować steka z pieprzem, by się dowiedzieć.

- **Sprawdź nasz przepis!** [Steki z pieprzem na whisky](#)

[caption id="attachment_1714" align="aligncenter" width="800"]



Dobry pomysł na kolację we dwoje.[/caption]

Przyprawa kochanków, czyli gałka muskatołowa

W czasach starożytnych jej właściwości były znane głównie Arabom, ale już w średniowieczu zyskała dużo większą sławę. Wtedy też potocznie zaczęto ją nazywać „przyprawą kochanków”. Gałka muskatołowa stymuluje przepływ krwi w naczyniach, dlatego też uważana jest za skuteczny środek na potencję. Już szczypta tej przyprawy wystarczy, by osiągnąć zamierzony efekt.

Dodatkowo gałka muskatołowa jest bardzo aromatyczna, dzięki zawartości olejków eterycznych, które odpowiadają za nasze pobudzenie seksualne. To jedna z tych przypraw, która nie tylko dodaje wigoru, ale też wydłuża akt miłosny. Wydaje się, że nie bez przyczyny na świecie ogromne uznanie zdobył [sos beszamelowy](#), którego ważnym składnikiem jest właśnie gałka muskatołowa. Teraz już wiecie, co zaserwować ukochanej! Może skusicie się na Croque Monsieur, czyli francuską kanapkę pod beszamelem?

- **Sprawdź nasz przepis!** [Croque Monsieur - kanapka pod beszamelem](#)

[caption id="attachment_3723" align="aligncenter" width="800"]



Pyszny pomysł na śniadanie do łóżka (fot. [depositphotos](#)).[/caption]

Cynamon na dobry seks i nastrój

Jako afrodyzjak używany był już przez chińskich cesarzy. Przyprawa ta stanowi częsty składnik kadzideł, ponieważ jego zapach jest niebywale przyjemny, podniecający i relaksujący - obniża poziom stresu i poprawia nasz nastrój, co jest niezwykle ważne w sypialni. Cynamon wzmacnia nasz apetyt na miłość, a jego właściwości doceniają szczególnie mężczyźni. Działa podobnie jak słynny żeń-szeń, dodając energii i pobudzając krążenie, a to oznacza, że może zapobiegać problemom z erekcją. Jego regularne spożywanie zwiększa też poziom testosteronu. Co więcej, cynamon działa bardzo rozgrzewająco, zwiększając ukrwienie naszego ciała, a tym samym doznania seksualne. To doskonała przyprawa na rozpoczęcie dnia, szczególnie gdy planujesz podać śniadanie do łóżka. Na taką okoliczność polecamy owsiankę z karmelizowaną gruszką.

- **Sprawdź nasz przepis! [Owsianka z karmelizowaną gruszką](#)**

[caption id="attachment_1715" align="aligncenter" width="600"]



Delikatna

owsianką z gruszką i cynamonem.[/caption]

Pieprz cayenne - przyprawa szczęścia

Już niewielka szczypta pieprzu kajeńskiego potrafi nie tylko zmienić smak potrawy na ognisty, ale i dodać sporo pikanterii w sypialni. Przede wszystkim wpływa na nasz nastrój – charakterystyczny smak cayenne powoduje uwalnianie endorfin, które nazywane są również hormonami szczęścia. Czujemy się bardziej rozluźnieni, a co za tym idzie, umiemy czerpać więcej przyjemności. Cayenne działa też pobudzająco i rozgrzewająco, sprawia, że tętno przyspiesza i robi się naprawdę gorąco. Jedzenie ostrych potraw często może wprowadzić nas w stan zbliżony do euforii, a to dzięki kapsaicynie, która odpowiedzialna jest za ostry smak. Euforia jest łóżku? Tego właśnie szukamy! Rigatoni arrabbiata z pewnością pozwoli osiągnąć te stan!

- **Sprawdź nasz przepis!** [Rigatoni arrabbiata](#)

[caption id="attachment_1680" align="aligncenter" width="800"]



Ekspresowy makaron z pikantną nutą.[/caption] Karolina Mec

Link do przepisu: <https://kuchniadladoroslych.pl/6-przypraw-ktora-sprawiaja-ze-seks-smakuje-lepiej/>