**Apetyczne afrodyzjaki w kuchni**

**Historia afrodyzjaków sięga starożytnego Egiptu. Już wtedy znany był przepis na „miksturę miłości” składającą się z suszonych liści tarniny i akacji maczanych w miodzie. W średniowieczu natomiast, za produkty wpływające na pożądanie uważano przyprawy – cynamon, anyż, gałkę muszkatołową i pieprz. Dania przyprawione miłością pozwoli wyczarować marka Appetita, w której ofercie znajdują się afrodyzjami idealne na romantyczną kolację.**

Afrodyzjaki, które swoją nazwę zawdzięczają greckiej bogini Afrodycie, od wieków zajmują szczególne miejsce w sztuce miłosnej. Najstarszy przepis na „miłosną miksturę” liczy niemal 5000 lat! Afrodyzjakom przypisuje się właściwości odprężające, pobudzające i rozgrzewające. Do najbardziej popularnych i najczęściej stosowanych obecnie należą zioła i przyprawy, które znajdują się w niemal każdej kuchni. Wyczarowanie zmysłowych dań ułatwia uwodząca aromatem Appetita, która każdej potrawie dodaje smaku i finezji.

Od lat, niekwestionowanym królem wśród naturalnych afrodyzjaków stosowanych w Polsce jest lubczyk. Dawniej kobiety przygotowywały z niego napar i raczyły nim wybranków swojego serca. Do równie cenionych afrodyzjaków można zaliczyć ostrą paprykę, imbir, chilli czy curry, które rozgrzewają, pobudzają krążenie i stymulują uwalnianie endorfin. Liczną grupę afrodyzjaków stanowią także przyprawy korzenne. Cynamon świetnie wzmaga namiętność i rozgrzewa zmysły swym charakterystycznym zapachem, natomiast gałka muszkatołowa, zwana „przyprawą kochanków”, regularnie dodawana do potraw może zwiększać przyjemne doznania. *Papryka ostra*, *Chilli*, *Gałka muszkatołowa*, *Imbir*, *Curry* czy *Cynamon mielony* marki Appetita nadadzą potrawom smaku i aromatu, ale także będą doskonałymi afrodyzjakami, które rozgrzeją duszę i ciało oraz nadadzą zwykłym daniom miłosnego czaru.

Na szczególną uwagę zasługują również orzechy, migdały i inne bakalie bogate w magnez, które kontrolują równowagę hormonalną. Mężczyznom zaleca się systematyczne spożywanie pestek dyni, które pozytywnie wpływają na wzrost testosteronu. *Pestki dyni* marki Siesta wkomponowane w romantyczne menu będą źródłem witalności i cennych wartości odżywczych.

Naturalne afrodyzjaki działają na poszczególne osoby mniej lub bardziej intensywnie. Mimo to badacze nie mają wątpliwości, że to, co zjadamy ma na nas silny wpływ. Nie bez powodu wciąż popularne jest powiedzenie „Przez żołądek do serca”.