

## Frijol tierno (*Phaseolus vulgaris*)



**Otros nombres:** Ejote, habichuelas verdes, judías verdes, porotos verdes, vainicas

**Nombre en inglés:** String vean

**Parte Utilizable:** Frutos



**Propiedades curativas**

Las vainas verdes crudas son un excelente agente antianémico, preparadas como licuado o batido en jugo de naranja. Infusión: Se utiliza como hipoglicemiante (para bajar el azúcar en la sangre) en la diabetes mellitus



**Recomendada para las siguientes enfermedades**

Anemia

Diabetes



**Preparación ([Ver preparaciones](#))**

En licuado, ½ taza (4 oz) de vainas verdes crudas para una taza de agua o jugo de naranja



**Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))**

Una o dos tazas de 8 oz por día. Niños: Dosis igual



**Ingredientes Activos**

Trigonelina, aminoácidos, ácido salicílico, hemicelulosa