

Sara

शरो बाण इषुः काण्ड उत्कटः सायकः क्षुरः ।
स्थूलोअन्यः इक्षुको प्रोक्त इक्षुरश्चापि नामतः ॥

शरद्वयं स्यान्मधुरं सतिक्तं कोष्णं कफभ्रान्तिमदापहारि ।
बलं च वीर्यं च करोति नित्यं निषेवितं वातकरं च किञ्चित् ॥
[Dhn]

Bana, ishu, kanda, utkata, sayaka,ksura are the synonyms of sara. Another variety of sara is sthula sara ,iksuka and iksuraka.

Both the varieties of sara are madhura, tikta in rasa, kincit usna in veerya, alleviates kapha, is balya, sukrajanana, alleviates bhrma and mada. It increases vata kara if taken daily.