

3 ingredience, které léčí ucpané cévy, tuk v krvi, infekce i rýmu.

Jde o nápoj, který je složen z česneku, citronu, zázvoru a vody.

Tento přírodní nápoj má několik přínosů.

Jde vlastně o kombinaci tří extrémně zdravých potravin, které dokáží na vašem zdraví zanechat skutečně pozitivní efekty. Mezi jeho hlavní zdravotní přínosy patří:

Prevence a léčba ucpaných cév a artérií

Regulace zvýšených úrovní tuků v krvi

Prevence všeobecné únavy organismu

Prevence a léčba infekčních onemocnění jako rýmy a podobně

Intenzivní posílení imunitního systému

Pročištění jater

Podpora tvorby enzymů

Kromě uvedeného, tento nápoj také zneškodňuje volné radikály, které jsou zodpovědné za vznik mnoha vážných onemocnění a nakonec má i blahodárné účinky na srdce a oběhový systém.

Ingredience potřebné pro jeho výrobu:

4 větší hlávky (trsy) česneku, čili přibližně 40 stroužků

4 celé bio citrony včetně kůry

1 menší kořen zázvoru (okolo 3 až 4 cm)

2 litry čisté vody

Dobře umyjte citrony pod vlažnou až teplou vodou a nakrájejte je na kousky. Oloupejte česnek a spolu s citronem a zázvorem jejich rozmixujte v mixéru. Přemístěte směs do nádoby nebo hrnce, dolijte 2 litry vody a vše za neustálého míchání zahřejte až k blízkosti bodu varu. Avšak ještě předtím, než to začne vřít, oheň vypněte a nechte to celé vychladnout.

Vodu přeced'te přes středně velké sítko do skleněných nádob nebo lahví. Nápoj uskladňujte v chladničce. Vypijte jeden pohár každý den alespoň 2 hodiny před jídlem, případně na prázdný žaludek. Kombinace citronu, vody a vaření by měla neutralizovat zápach česneku. Před každou konzumací láhev dobře protřepejte, aby se usazeniny citrónu a česneku na spodu rozmíchali v džusu.