

ZÁ•ZVOROVÁ• MEDICINA

Neděle, 11 listopad 2018

Takže vás neustále trápí - nějak to nachlazení, chřipka či kašel? Párkrát neustále máme -cítím se poas - se ne
 Pojme na nemoc společně, vyrazit domácí - zájzvorovou medicínou. I pro podporu imunity je velmi účinná. Proti rýmě
 kašle, ucpaným dutinám i teplotám vám pomůže tímto okamžitě. Krásně proheje celotělo, posílá - im
 vajech otravných pářznaků nachlazení.

Tento

istá pářrodná - lůk s antibakteriálními a protizánětlivými účinky skoro nic
 nestojá - a bude vám velkým pomocníkem v boji s podzimními virózy, a dokáže i
 podpořit dobré trávení - a zmrnit žaludeční nevolnosti.

Pářprava surovin

Na zájzvorovou medicínu budeme potřebovat 300 g
 kořene zájzvoru, 2 - 3 velké citrony a 4 velké lžičce tekutého medu.

Zájzvorovou medicínu můžete obohatit také o lžičku mleté
 skořice a 3 hřebíčky, my si dnes připravíme zájkladní variantu.

Postup

Kořen zájzvoru oloupeme a nastrouháme na jemném
 struhadle. Potom v mase zalijeme čerstvě vymačkanou citronovou
 šťávou. Nakonec do zájzvorové medicíny přidáme med a všechno pořádně
 promícháme.

Zájzvorovou medicínu potřebujeme do uzavratelné sklenice a
 necháme 24 hodin v temnu a chladu macerovat. V tuto chvíli můžete přidat i
 mletou skořici a hřebíčky.

Následně

ji použijeme pro pářpravu je (1 lžička na 2 dl vody), nebo použijeme přecezený
 sirup pářmo po lžičkách několikrát denně (párkrát nemoci). KLÁRKA