

NALEWKA WZMACNIAJĄCA



REMPRZEM



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

czosnek (POLSKI)	3 GŁÓWKI
miód naturalny	80 g
cytryna	4 sztuki
woda	1/2 litra

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Czosnek koniecznie polski obieramy i zagniatamy ząbki np za pomocą deski do krojenia, wyciskamy sok z cytryn, wlewamy miód i wodę (przegotowaną - wystudzoną)
Wszystko umieszczamy w butelce lub słoiku. Zostawiamy w lodówce na 2 dni. Potem codziennie rano i wieczorem.

Doskonale na jesień i wiosnę na wzmocnienie organizmu.