

Nalewka z czosnku niedźwiedziego



JAGÓDKA17



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Składniki

wódka	250 mililitrów
czosnek niedźwiedzi - świeże liście	10 garści

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Liście czosnku siekamy i wrzucamy do większego, wyparzonego słoika lub butelki. Lekko je ubijamy, aby puściły sok. Najlepiej dodawać je do słoika partiami i ubijać. Liście zalewamy wódką tak, aby były przykryte. Słoik odstawiamy w ciepłe miejsce na 14 dni. Dobrze jest co 2-3 dni delikatnie potrząsać słoikiem, by przemieszać jej zawartość i wydobyć z liści czosnku jak najwięcej leczniczych substancji. Po tym czasie nalewkę odcedzamy i filtrujemy przez filtr do kawy, aby była klarowna. Gotową nalewkę odstawiamy w ciemne miejsce.

Działanie nalewki z czosnku niedźwiedziego

Antynowotworowe – związki siarki podnoszą odporność organizmu na działanie komórek nowotworowych, a czosnek dziki bywa nawet wykorzystywany jako wsparcie w leczeniu raka żołądka, jelita grubego czy raka mózgu w postaci glejaka

Antybakteryjne – hamuje rozwój i negatywny wpływ drobnoustrojów, nie zaburzając przy tym naturalnej flory bakteryjnej organizmu

Przeciwbólowe i przeciwzapalne – dzięki nim może okazać się zbawienna dla osób z problemami reumatycznymi, Wspierające pracę układu krążenia – zawarta w niej adenozyna skutecznie chroni przed zmianami miażdżycowymi, chorobą wieńcową, zawałem serca czy udarem

Wspierające pracę układu pokarmowego – hamuje rozwój pasożytów takich jak owsiki, glisty, tasiemce, pobudza apetyt i wspomaga trawienie

Podnoszące odporność na infekcje – właściwość szczególnie istotna w sezonie jesienno-zimowym, kiedy wirusy i bakterie atakują ze zwielokrotnioną siłą.

Stosowanie

Zaleca się spożycie 10-15 kropli rozcieńczonych w przegotowanej i chłodnej wodzie. Nalewki nie powinno się nie pić na czczo. Spożywana na pusty żołądek może powodować podrażnienia nie tylko ze względu na stężenie alkoholu, ale również intensywność zapachu i smaku samego czosnku dzikiego. Bezpieczniej jest pić nalewkę po posiłku i najlepiej popijać ją sporą ilością przegotowanej wody.

Odkośniki

* można użyć brandy, calvados. Zawartość alkoholu powinna wynosić 38 % - 40 %

Uwagi dodatkowe

- przygotowana w ten sposób nalewka jest przydatna do spożycia przez ok. 1 roku do 3 lat
- ze względu na alkohol, nalewki nie powinny stosować dzieci oraz kobiety w ciąży

