

ОЧИСТИТЬ СОСУДЫ, СНИЗИТЬ ХОЛЕСТЕРИН И УЛУЧШИТЬ ИММУНИТЕТ



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/ochistit-sosudy-snizit-holesterin-i-uluchshit-immunitet/>

Чтобы держать организм в тонусе и хорошо себя чувствовать, нужно уметь пользоваться натуральными средствами для оздоровления! Этот древний немецкий эликсир с лимоном, чесноком и имбирем способен на настоящие чудеса.

Достаточно выпивать 1 стакан этой лимонной воды натощак в течение месяца, чтобы очистить свои сосуды! Также чудо-напиток снижает уровень холестерина в крови, помогает справиться со скачками давления, способствует правильной работе печени.

Лимонная вода показана всем, кто страдает от периодических головных болей, чувствует ужасную усталость даже по утрам и склонен к депрессивным состояниям. В период весеннего авитаминоза это средство буквально возвращает к жизни!

Лимонная вода

Ингредиенты

2 ст. л. тертого имбиря
4 головки чеснока
4 лимона
2 л воды

Приготовление

Промой лимоны и нарежь их маленькими кусочками, вместе с кожурой.
Очисти чеснок. Смешай имбирь, чеснок и лимон в блендере. Вылей готовую смесь в кастрюлю.
Залей лимонную смесь водой и доведи до кипения.
Охлади лимонную воду, процеди и храни в бутылке.

Выпивай стакан лимонной воды на голодный желудок за час до еды. Для вкуса в напиток можно добавить мёд! Пропей этот целительный напиток в течение 3-х недель, затем сделай перерыв на неделю и повтори курс.

Результат улучшения состояния здоровья по всем параметрам, легкость в теле и даже похудение! Стоит попробовать, чтобы улучшить качество своей жизни.