

# Три народных рецепта очищения крови



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/tri-narodnyh-recepta-ochisheniya-krovi/>

Народный рецепт №1: нужно взять 300 г меда и 250 г чеснока, предварительно измельченного. Все это тщательно перемешать и настоять в течение трех недель. Данную смесь принимают за 40 минут до принятия пищи по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Народный рецепт №2: возьмите 4 см корня имбиря, 1 чайную ложку заваренного зеленого чая и корицу, на кончике ножа. Смешиваем ингредиенты, заливаем 0,5 литра кипятка, снова перемешиваем и ждем когда остынет. После этого сюда можно добавить мед и сок лимона по вкусу и пить этот напиток в течение дня.

Народный рецепт №3: мускатный орех молотый – 100г заливаем 0,5 л водки и перемешиваем. Настаиваем смесь 21 день, желательнее каждый день ее встряхивать. Эта настойка принимается курсами – 5 курсов через каждые 10 дней. Как принимать: в пол стакане горячей воды размешивают 30 капель настойки и пьют за полчаса до еды.