

Detoxikační voda

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Citron 2 ks
- Máta 1 ks
- Okurka 1 ks
- Voda 3 dl

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Bez lepku

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Vše důkladně omyjte a nakrájejte na plátky. Mátu můžete vynechat-je tam spíš pro chuť a vůni. Pak vložte do vody. Nechte přes noc vyluhovat v lednici. Vytvoří se přírodní detoxikační voda, která vám pomůže odstranit nečistoty z vašeho těla. Pokud je to možné, použijte BIO produkty. Tento jednoduchý recept jsem převzal ze stránek svět homeopatie-na Facebooku, protože si myslím, že (zvláště teď na jaře) by byla škoda se o něj nepodělit. Pomáhá udržovat ploché břicho, výborná pro vaše játra. Dle rady poradkyně se má vypít denně 2dl vody po dobu 1 měsíce. Zdá se mi to moc a dva, tři týdny by měli stačit. Co se týče poměru vody, já jsem to vyzkoušel a myslím, že toto množství je ideální na 1 litr včetně surovin. Je to na Vás.

Poznámka:

Jestli chcete ušetřit, po vypití suroviny nevyhazujte, přidejte polovinu vody, kvedlačkou rozšťouchejte a máte další osvěžující drink.