

Česnekový sirup - elixír života

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- jablečný ocet 200 ml
- med 200 ml
- česnek 10 stroužek

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Chlazení, mražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Česnek rozmačkáme a utřeme nožem do jemné pasty. Používejte na výrobu sirupu vždy český česnek, protože je nejkvalitnější. Jablečný ocet, med a česnekovou pastu smícháme dohromady ve sklenici.

Tento sirup vložíme do lednice na cca 5 dní a za občasného promíchání necháme odležet. Po pěti dnech je elixír hotový.

Česnekový sirup - elixír života užíváme takto: 2 lžičky sirupu rozmíchané ve 2 dl vody. Podáváme nejlépe ráno na lačný žaludek. Česnekový sirup má skvělé účinky na imunitní systém, krevní tlak, reguluje cholesterol v krvi a brání naše tělo před virózy v chladném počasí.