

A TIBETI SZERZETESÉK ITALA

Ez a természetes orvosság egy ősi tibeti recept, amelyet évezredek óta használnak a szerzetesek a tibeti kolostorokban, hogy egészségesek maradjanak, és betegségek nélkül élhessenek egész életükben. A fő összetevők ebben a titkos receptben a fokhagyma és az alkohol. Ez a szer szabályozza a vérnyomást, egészséges koleszterin szintet biztosít, és megakadályozza a szív és érrendszeri betegségeket, így csökkentve a stroke és a szívroham kockázatát.

Hozzávalók

2 dl (200 ml) rum vagy alkohol

50 g fokhagyma

1½ tsk (teáskanál) tört szegfűszeg

Ez az adag kb. 12 napra elegendő.



Elkészítési mód

1. Hámozzuk meg a fokhagymát és préseljük össze.
2. Keverjük össze a tört szegfűszeggel és az alkohollal.
3. Öntsük bele egy üvegedénybe, és tegyük félre egy világos, melegebb helyre kb. 10 – 14 napig.
4. Ezen idő elteltével szűrjük le a keveréket, és a kapott folyadékot tegyük a hűtőszekrénybe.
5. Hagyjuk még jobban összeérni 2-3 napig, majd fogyasszuk.

Alkalmazás

1. Egy pohár vízbe keverjük az oldatból 1 teáskanálnyit és fogyasszuk ezt naponta háromszor étkezés előtt 1 hétig, majd csak reggeli előtt 1 evőkanálnyit, amíg el nem fogy az ital.
2. Kúraszerűen fogyasszuk 3 hónapig, nagyon jó kora tavasszal és késő ősszel. De bármikor is beiktathatunk egy 3 hónapos kúrát, ha szükségét érezzük, csak tartsunk pár hónap szünetet minden kúra után.