

Χυμός κατά των φλεγμονών και πρησμένων άκρων.

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Είναι ένα ισχυρό θεραπευτικό τονωτικό ποτό που βοηθάει στη μείωση των φλεγμονών στο σώμα και αλκαλοποιεί το αίμα.

Υλικά για περίπου ένα λίτρο

- 1 μεγάλο Αγγούρι
- 2 λεμόνια ξεφλουδισμένα
- 1 φλιτζάνι σπανάκι
- 1 φλιτζάνι μαϊντανό
- 1 πράσινο μήλο
- 6 κλωνάρια Σέλινο
- 1 μικρό κομμάτι τζίντζερ (1 με 1,5 εκατοτό)

Βάζετε όλα τα υλικά στο μπλέντερ και είναι έτοιμο! Αν είναι πολύ ξυνό για το γούστο σας προσθέστε λίγο μέλι...

Αν πίνετε ένα τονωτικό όπως αυτό καθημερινά, τότε σε 30 μέρες θα δείτε πολύ μεγάλη διαφορά στο δέρμα σας. Τα πρησμένα σας πόδια και δάχτυλα θα ξεπρηστούν. Σε 90 μέρες οι φλεγμονές στο σώμα σας θα μειωθούν σημαντικά. Για

Θεαματικά αποτελέσματα κάντε τη διατροφή σας περισσότερο αλκαλική.

Προσοχή: Συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν το φτιάξετε και το καταναλώσετε .

Πηγή: glikiazoi.gr