Leacul minune care te scapa oboseala si iti curata sangele!

Pentru ca toxinele sa nu se acumuleze in sange, este nevoie sa apelezi din cand in cand la procedee de detoxifiere. **Surplusul de toxine in sange cauzeaza oboseala cronica, probleme de balonare si tulburari circulatorii.**

Aceste probleme pot fi rezolvate cu usurinta cu ajutorul bauturii descrise in continuare. Tot ce-ti trebuie pentru a o prepara este vin rosu,putin usturoi si o radacina de ghimbir. Acest elixir purifica sangele prin eliminarea lipidelor si sarurilor in exces, precum si prin echilibrarea metabolismului.

Ingrediente:• 12 catei de usturoi tocati marunt

• O radacina de ghimbir (3-4 cm) tocata marunt

• O jumatate de litru de vin rosu

Preparare:

Curata cateii de usturoi si ghimbirul, taie-i cubulete si pune-i intr-un recipient din sticla. Adauga peste usturoi si ghimbir o jumatate de litru de vin rosu, apoi inchide etans recipientul cu un capac, noteaza secretele.

Tine preparatul la lumina solara timp de doua saptamani (14 zile). Agita in fiecare zi continutul sticlei.

Dupa doua saptamani, strecoara continutul si toarna-l din nou in acelasi recipient dupa ce il speli bine cu apa.

Ia 1 lingurita de trei ori pe zi, timp de o luna.

Atentie:

Acest remediu este deosebit de eficient pentru curatarea si imbunatatirea calitatii sangelui, dar este si foarte puternic. De aceea se recomanda sa faci o pauza de circa sase luni intre tratamente

Sursa: m.caplimpede.ro

Afla de ce magneziul este cel mai puternic mineral pentru relaxare

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Un nivel deficitar al acestui nutrient dubleaza riscul de deces, avertizeaza un studiu publicat in Jurnalul Medical de Terapie Intensiva. De asemenea, te predispune la o serie lunga de simptome si boli, dar aceste probleme sunt usor de vindecat prin simpla reintroducere in alimentatie a acestui nutrient. Per ansamblu, acest nutrient este in multe cazuri una dintre armele secrete impotriva bolilor. Din pacate, insa, prea putini oameni cunosc acest lucru, si nu il consuma in cantitatile necesare. CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com