

Vinagre e Mel

Esta simples bebida vai retirar quilos de toxinas do seu intestino!

As coisas mais extraordinárias são as mais simples, disse certa vez um sábio.

O pensamento vale para tudo na vida, inclusive para a nossa saúde.

Quer ver?

Esta simples combinação é capaz de curar muitas doenças comuns e seus ingredientes são antigos aliados da saúde.

O segredo para tanto sucesso são as propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias dela.

O vinagre de maçã e mel protegem a garganta e o estômago, podendo curar dores e aliviar o refluxo ácido.

O vinagre de maçã sozinho é muito usado para:

- Tratar problemas digestivos
- Queimar excesso de gorduras
- Aliviar dores nas articulações

No entanto, quando misturado com o mel, seus benefícios são dobrados.

Veja o que o mel e o vinagre de maçã juntos fazem:

- Combatem inflamações
- Eliminam refluxo ácido
- Combatem infecções
- Melhoram o processo digestivo
- Aumentam a energia do corpo
- Combatem hipertensão
- Tratam doenças de pele
- Curam mau hálito

- Combatem a obesidade

O que acontece é que os dois ingredientes juntos aumentam o pH do corpo, facilitando o combate a germes e doenças.

O contrário disso acontece quando consumimos carnes, amidos e alimentos processados, pois eles acidificam o sangue.

Gostou?

Então aprenda a fazer sua mistura de vinagre de maçã com mel.

É muito fácil:

INGREDIENTES

1 colher (sopa) de vinagre de maçã

1 colher (chá) de mel

1 xícara de água potável

Observação: Use, de preferência, ingredientes orgânicos.

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes e beba ainda com o estômago vazio - 20 ou 30 minutos antes do café da manhã, diariamente.

Não use este medicamento por muito tempo, no máximo duas semanas.

Este medicamento caseiro também pode reduzir a ação de alguns remédios para diabetes e doenças cardíacas.

Por isso, se você toma algum medicamento, converse com seu médico antes de usar a mistura de mel e vinagre de maçã.