MANGO ARMUT ALOE VERA İÇECEĞİ

https://www.elele.com.tr

1 adet kabuğu soyulmuş, çekirdekleri çıkarılmış mango
3 adet doğranmış olgun armut
1 çorba kaşığı hazır alınan aloe vera suyu

Meyvelerinizin suyunu sıkın aloe vera suyunu ekleyin ve karıştırarak bekletmeden için.

Not: Mango, mideyi düzenleme özelliğine sahip enzimlere sahiptir. Midedeki asitlenmeyi ve zayıf sindirimi engeller. Armut içinde bulunan çözülebilir pektin lifleriyle midenin hızlı ve düzenli çalışmasını sağlar. Aloe vera suyu, içerdiği 20 mineral, 18 amino asit ve 12 vitaminle şifa kaynağı olarak kullanılmıştır. Sindirim için önemli bir enzim olan pepsinin salgılanmasını artırması sayesinde ayrıca ishal ve kabızlık gibi sindirim sistemi düzensizliklerini engeller.



© lezzetler.com tarif no:127691 • adı:Mango Armut Aloe Vera İçeceği • gönderen:kırmızı biber • indirme tarihi:29.03.2024 - 01:59