



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İSVEÇ ŞURUBU

Aloe vera
Mür ağacı
Safran
Sinameki
Kafur
Ravent kökü
Kudret helvası
Küçük çayırüzeli
Tiryaki
Gümüş diken kökü
Melek otu kökü
1,5 litre sirke

Yukarıda saydığım bitkilerin kuru hali, 2 litrelik cam kavanoza aktarılır.

Sirke eklenir.

Hazırladığınız bu şişe, 14 gün boyunca güneşe bırakılır.

Harmanlanması için, her gün çalkalanır.

14 günlük bekleme süresi bitince, şişe içindeki su bir süzgeçle süzülür.

Not: Tek tek baharatları bulmak zor olursa, aktarlarda toz ve sıvı şekilde İsveç şurubu satılmaktadır. İsveç şurubu da ağız içi yaralarınızı, diş eti problemlerinizi gidermeye destek sağlar. Solunum yolları, sinüzit, grip, bronşit tipi hastalıkları hafifletir ve zamanla yok olmasına yardımcı olur.

