



## TATLIDAN UZAKLAŞTIRAN DETOKS SUYU

<http://www.hurriyet.com.tr>

Oda sıcaklığında 1 litre su  
1 çubuk tarçın  
1 küçük boy portakal

Portakalınızı kabuklarıyla birlikte kullanacaksınız. Bu nedenle özellikle dış kabuğunu çok iyi temizlemeniz gerekiyor. Portakalı iyice temizledikten sonra dilimlere ayırın. Daha sonra oda sıcaklığındaki 1 litre suya bu portakal dilimlerini atın. Üzerine bir çubuk tarçını ekleyin. Şişenizin kapağını kapattıktan sonra bir gece veya en az 5 saat kadar dinlendirin. Gün içinde detoks suyunuzu bitirmeye özen gösterin. Tatlı isteğinizin ne kadar azaldığına inanamayacaksınız.

