

Remède maux de gorge



Hiver, maux de gorge, au lieu de prendre des médicaments qui vont diminuer vos défenses naturelles :

- Verser du thé dans un bocal..... combiner à des tranches de citron, du miel et du gingembre si possible coupé en tranches.
- Fermer le récipient et le mettre dans le réfrigérateur, une gelée se forme.
- Pour servir, prendre une cuillère de cette gelée dans une tasse et versez de l'eau bouillante dessus.
- Conservez au réfrigérateur 2-3 mois.
-
- **Et la vous avez un nectar contre les maux de gorges**