Nalewka z pestek papai (zdrowotna)

H A B I B I

Polecane na: **przetwory**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

20 min

1 porcja

Składniki:

Nasiona papai -

Wódka 50% -

Dodatkowe info:

Papaja (melonowiec właściwy) ma bardzo szerokie zastosowanie zdrowotne - wspomaga trawienie, wzmacnia odporność. Chroni przed guzem piersi, nowotworem prostaty, szyjki macicy, płuc i trzustki. Wzmacnia układ krwionośny, zmniejsza ryzyko zawału, wylewu czy miażdżycy, ponieważ ogranicza syntezę złego cholesterolu w organizmie.
Nasiona wspomagają trawienie, odtruwają, regenerują wątrobę, likwidują bóle stawów, odrobaczają, uwalniają od candidy, przyspieszają odchudzanie, łagodzą stany zapalne, działają przeciwbólowo.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Papaję przekroić wzdłuż na połowę i wybrać pestki łyżką do osobnego naczynia. Można je przebrać odrzucając wiązania z gniazda nasiennego i kawałki miąższu, ale nie jest to konieczne.
Niewielką butelkę lub słoik napełnić pestkami do 2/3 lub maksymalnie 3/4 wysokości i wszystko zalać do pełna wódką. Szczelnie zakręcić i odstawić w ciemne miejsce na minimum 8 tygodni.

Pić małe ilości, 1-2 łyżeczki na dobę, popijając sporą ilością wody albo rozpuszczając w wodzie.