# Shot antywirusowy

Barbara Strużyna

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **polska**

## Warto wiedzieć:

15 min

6 porcji

## Składniki:

- cebula - 1 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- imbir kłącze - 2 cm
- kurkuma kłącze małe kawałki - 2 szt.
- cytryna - 1-2 szt.
- jabłko - 1 szt.
- miód - 1 łyżka
- papryka ostra - szczypta

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Jabłko myjemy kroimy na kawałki. Obieramy kurkumę, imbir, cebulę i ząbki czosnku i cytrynę.

*KROK 2:* Wszystkie składniki przepuszczamy przez wyciskarkę, na końcu wrzucamy jabłko lub cytrynę. Do soku dodajemy miód i szczyptę papryki, mieszamy.

*KROK 3:* Pijemy trzy razy dziennie po 2 łyżki. Aby napój nie był taki intensywny w smaku i w obawie przed podrażnieniem żołądka można go rozcieńczyć, wycisnąć więcej owoców, dodać wody kokosowej lub soku z brzozy.

Smacznego!