

BEBIDA DE CACAO ESPANTAVIRUS

calentadora, inmunitaria, antimicrobiana

Ingredientes para 1 persona

2/3 CD. CACAO

1/2 CDT. CANELA

1/2 CDT. JENGIBRE

1/4 CDT NUEZ MOSCADA

3 CD. JARABE DE SAÚCO

300ML AGUA

saludnaturalformacion.com



Bebida de cacao espantavirus

receta de Teresa Altimir

-Llevar a ebullición el agua con el cacao. Añadir la canela, el jengibre y la nuez moscada. Apagar el fuego

-Poner 3 cucharadas de jarabe de saúco en la taza y agregar el chocolate con las especias. Mezclar bien y tomar

-Puede sustituirse la nuez moscada por el cardamomo, usando entonces 1/4 cdt. de cardamomo en polvo. Si la van a tomar niños, realizarla solamente con la canela y el saúco y opcionalmente 1/4 cdt. de polvo de corteza de naranja o mandarina ecológicas

Las especias de esta receta van a calentar y estimular el cuerpo junto con el cacao.

El saúco colabora a evitar que los microbios y especialmente los virus se instalen en el organismo. Usado en forma de jarabe realizado con miel, aporta además todas las propiedades antimicrobianas de la miel.