

شربت سیر؛ پنی سیلین طبیعی

همه شما سیر را به خوبی می‌شناسید و از خواص آن کمابیش اطلاع دارید. اما آیا می‌دانید می‌توان از همین سیر شربتی تهیه کرد که چندین برابر پنی سیلین مؤثر است؟



همه شما سیر را به خوبی می‌شناسید و از خواص آن کمابیش اطلاع دارید. اما آیا می‌دانید می‌توان از همین سیر شربتی تهیه کرد که چندین برابر پنی سیلین مؤثر است؟

سال‌هاست که چینی‌ها از سیر استفاده درمانی می‌کنند و از شربت آن برای تقویت دستگاه ایمنی بدنشان استفاده می‌کنند. روش تهیه این شربت بسیار ساده است و ترکیبات آن موادی هستند که در هر خانه ای پیدا می‌شوند.

شربت سیر باعث تقویت دستگاه ایمنی بدن می‌شود، فشارخون و همچنین کلسترول بد خون را تنظیم می‌کند.

در مواقعی که احساس سرماخوردگی و بیماری‌های عفونی دارید می‌توانید به این شربت اعتماد کنید. چون علاوه بر پیشگیری به درمان چنین ناخوشی‌هایی کمک نیز می‌کند.

به طور دقیق‌تر این که شربت سیر برای مقابله با بیماری‌های نقرس، آرتریت و همچنین درد مفاصل کمک می‌کند.

شما می‌توانید برای برطرف کردن تب، درمان گلودرد و سرفه نیز به سراغ این شربت مورد علاقه مادر بزرگ‌ها بروید.

این شربت تأثیر زیادی در پیشگیری و همچنین درمان سرماخوردگی و آنفلوآنزا دارد.

روش تهیه شربت سیر: پنی سیلینی طبیعی

مواد لازم

سیر پوست‌کنده و له شده: 8 حبه

سرکه سیب: یک لیوان معادل 200 میلی لیتر

عسل طبیعی: یک لیوان معادل 200 میلی لیتر

دست به کار شوید

سیر را پوست بگیرید و تا حدودی له کنید تا ریز شود.

عسل و سرکه سیب را به آن افزوده و همه مواد را به مدت 10 تا 15 دقیقه با سرعت بالا ترکیب کنید.

سپس این شربت را در یک شیشه دربسته بریزید و به مدت 5 روز داخل یخچال قرار دهید.

می‌توانید هر 24 ساعت یک بار شیشه را تکان دهید تا مواد کاملاً با هم ترکیب شوند.

بعد از پنج روز شربت شما آماده مصرف است و می‌توانید با خیال راحت از آن استفاده کنید.

میزان مصرف

مصرف این شربت نیز کار ساده‌ای است. 2 قاشق چای‌خوری از شربت سیر را داخل یک لیوان آب حل کنید و صبح به صورت ناشتا میل کنید. از آنجایی که این شربت مزه قوی دارد نباید آن را یک دفعه سر بکشید. اما به مرور به طعم آن

عادت می کنید.

نوشیدن منظم این شربت باعث پیشگیری چشمگیری از عفونت ها از هر نوعی و همچنین برطرف کردن علائم آن ها می شود.