

معجون شفا بخش برای کاهش قند، فشار و چربی خون

مهم‌ترین ویژگی‌ای که از یک معجون گیاهی تابستانی توقع داریم، خنک بودن و رفع تشنگی است. این معجون علاوه بر این ویژگی‌ها، قند، فشار و چربی خون را هم پایین می‌آورد. در ضمن عنب برای تقویت سیستم گوارشی و معده هم بسیار موثر است.

به گزارش سایت خبری پرسون، در این معجون علاوه بر عرق عنب از خود میوه عنب هم استفاده شده که خاصیت آن را چند برابر می‌کند.

مواد لازم

۲/ ۱ قس عرق دارچین
یک پیمانه عرق عنب
۴ عدد عنب تازه
۲/ ۱ قس عرق زنجبیل
۲/ ۱ قس گلاب
۴ تکه یخ
۲ قس شکر
به مقدار لازم آب
چند عدد عنب و چوب دارچین (برای تزئین)

۱. چهار عدد عنب را شسته، پوست و هسته‌های آنها را جدا کنید. عرقیات شامل عرق دارچین، عرق عنب، عرق زنجبیل و گلاب را داخل مخلوط‌کن بریزید و با شکر، یخ و عنب‌ها خوب مخلوط کنید.

۲. اگر مقدار عرقیات برای رقیق شدن معجون کافی نبود، بهتر است کمی آب را هم اضافه کنید. در پایان معجون را داخل لیوانی بریزید و روی آن را با چند عنب درسته و چوب دارچین تزئین کنید.

یه‌جور دیگه

اگر می‌خواهید این معجون طبیعی‌تر باشد به جای شکر از عسل به مقدار لازم استفاده کنید. البته عسل را در کمی آب جوش حل کرده بعد اضافه کنید.

منبع: همشهری آنلاین