



Русская кулага

- Это каша, сладкая даже без
- добавления меда или сахара! Подходит для
- повседневного меню, а особенно ценным
- это блюдо может быть в пост.

- Русская кулага рекомендуется для
- поддержания организма при самых разных
- болезнях: ЖКТ, сердечно-сосудистых,
- нервных, ОРЗ . В ней образуются "особые
- ферменты, богатые витаминами группы B2,
- B6, B12 и B15.

- Ингредиенты:
- • солод - 1 ст.л;
- • ржаная мука - 2 ст.л;
- • вода - 1 стакан;
- • калина (ягоды) по вкусу.

От кого: Курская обл.,
Курский район

Авторы
открытки:



Друзья!

**Приглашаем вас пройти
культурно-историческим
маршрутом школьника!**

С полным маршрутом
и коллекцией
открыток вы можете
ознакомиться,
перейдя по QR-коду:

