**[SAMO JEDNA KAŠIKA JABUKOVOG SIRĆETA NA DAN: Tretira čak 10 tegoba, ali skoro NIKO ga ne koristi…](https://www.biljkeza.com/2022/07/samo-jedna-kasika-jabukovog-sirceta-na-dan-tretira-cak-10-tegoba-ali-skoro-niko-ga-ne-koristi/" \o "Permanent Link to SAMO JEDNA KAŠIKA JABUKOVOG SIRĆETA NA DAN: Tretira čak 10 tegoba, ali skoro NIKO ga ne koristi…)**

[BiljkeZa](https://www.biljkeza.com/author/admin/" \o "Posts by BiljkeZa) |  July 17, 2022 |  02:41 |  2,070 |  [0](https://www.biljkeza.com/2022/07/samo-jedna-kasika-jabukovog-sirceta-na-dan-tretira-cak-10-tegoba-ali-skoro-niko-ga-ne-koristi/#respond)

Velike koristi jabukovog sirćeta su nam dobro poznate, ali, postoje i one koje nisu baš toliko poznate, a opet su izuzetno korisne.  
Pročitajte i vi deset dobrih svojstava jabukovog sirćeta koja možete iskoristiti ukoliko popijete jednu kašičicu prije spavanja.

A kada osjetite učinke, to će vam zasigurno postati dobra navika.

Tretirajte bol u grlu sa jabukovim sirćetom

Ono ima antibakterijsko dejstvo i svoriće kiselo okruženje. Samo progutajte kašičicu jabukovog sirćeta sat vremena prije nego što odete na spavanje, a zatim još jednu pola sata pred spavanje.

Posljednju kašičicu konzumirajte neposredno prije nego što odete na spavanje.

Riješite se neprijatnog jutarnjeg zadaha

Jabukovo sirće ubija bakterije i bacile koji prouzrokuju neprijatan zadah u vašim ustima.Povratite kiselinu u želucu tako što ćete pomješati kašiku jabukovog sirćeta sa vodom i popiti taj rastvor sat vremena prije spavanja.

Sprečite lošu probavu ispijanjem mješavine sačinjene od meda, kašičice jabukovog sirćeta i vode pola sata prije odlaska u krevet.

Visok nivo šećera u krvi je najčešći uzrok nesanice

Jabukovo sirće povećava senzitivnost insulin, te smanjuje nivo šećera u krvi. Neposredno prije nego što odete na spavanje, konzumirajte dvije kašičice jabukovog sirćeta.

Prije nego što pokušate ovu metodu, konsultujte se sa ljekarom, naročito ukoliko koristite lijekove za dijabetes.

**Kod stomačnih bolova**

Sipajte kašičicu jabukovog sirćeta u čašu tople vode i dobijenim rastvorom možete riješiti problem sa bolovima u stomaku.Štucanje može nestati uz pomoć gorkog ukusa jabukovog sirćeta, te progutajte kašičicu organskog jabukovog sirćeta kada počnete da štucate.

Ukoliko želite da riješite problem sa alergijama, umješajte kašičicu jabukovog sirćeta u čašu vode i konzumirajte ovu mješavinu neposredno prije nego što odete na spavanje.

Ukoliko osjećate glad prije spavanja, samo konzumirajte mješavinu vode i kašičice jabukovog sirćeta umjesto kaloričnih namirnica.

Sagorite sve što ste u toku dana pojeli pomoću napitka sa jabukovim sirćetom!

Trebat će vam: 2 kašike seckanog peršuna, veća šolja vode, malo cimeta, malo jabukovog sirćeta, kašičica meda, kašičica đumbira, sok od isceđenog limuna.

Ovako se sprema: Stavite vodu da proključa, dodajte peršun i ostavite da se ohladi. Procijedite, pa dodajte i ostale sastojke.

Pijte ovaj napitak svako veče sat vremena pred spavanje, tokom dvije nedelje. Ako želite da nastavite, napravite pauzu od bar 3 dana, pa onda ponovite