**AKO PUŠITE DUŽE OD 5 GODINA: Ovaj napitak će vam očistiti pluća**

Bilo da ste pušač ili ste često u zadimljenoj prostoriji, ovaj domaći lijek će vam pomoći da očistite pluća i poboljšate zdravlje.

Duhanski dim može narušiti opšte zdravlje, a naročito zdravlje pluća. Zbog toga vam predstavljamo recept za domaći lijek koji efikasno čisti pluća i poboljšava zdravlje.

**Sastojci:**

– komadić đumbira  
– 2 kašičice kurkume  
– 400 g smeđeg šećera  
– 1 l vode  
– 400 g bijelog luka, očistite čenove i isjecite na četvrtine

**Priprema:**

Vodu sipajte u šerpu, dodajte šećer i zagrijavajte. Kada počne da vri, dodajte i izrendan đumbir, bijeli luk i kurkumu te kuvajte dok smjesa ne provri.

Sklonite šerpu s ringle i ostavite da se ohladi do sobne temeprature. Ljekovita smjesa bi trebalo da se čuva u frižideru.

Uzimajte 2 kašike ove mješavine svako jutro na prazan stomak i još 2 uveče, nakon posljednjeg obroka.

Prije upotrebe prirodnih ljekova konsultujte ljekara.

Izvor: kolektiv.me