INGVERA DZĒRIENS





PIRMĀ PALĪDZĪBA no Hugo. Dzēriens, kas jūs pasargās!!!

Šodien jums bija bagātīgas brokastis, pusdienas, vakariņas? Tās jūs gaida arī rīt ... un parīt! Neaizmirstiet, ka svarīgi it visā ir mērenība un veselīgums !!!

Atrodam sulu spiedi un uz priekšu:

Jūs varat ātri un viegli pagatavot šo dzērienu no šādām sastāvdaļām vai improvizējiet, vai no tā kas aizķēries mājās:
BURKĀNS, ĀBOLS, APELSĪNS, MANDARĪNS, BANĀNS, INGVERS, SELERIJAS SAKNE. Vienkārši notīriet dārzeņus un augļus, un izmantojam atrasto sulas spiedi. Tas palīdz gremošanai, ir veselīgs un smeķīgs. Akcents uz ingveru!!
VESELĪBĀ!!!

Tavs Hugo