

Elixir pour combattre la Fibromyalgie

Elixir « pour combattre la fibromyalgie »

Ingrédients :

2 poignées feuilles de cassis

4 poignées fruits de cassis

4 poignées fruits de sorbier

1 litre de vodka

5 cuillères à soupe de miel.

Préparation :

Au printemps, mettre dans un bocal les feuilles de cassis, couvrir de vodka.

Couvrir avec un morceau de tissu et laisser dans un endroit ensoleillé, afin que les rayons de soleil apportent de l'énergie.

En été ajouter les fruits de cassis, rajouter de la vodka et mettre de nouveau au soleil.

A l'automne ajouter les baies de sorbier, verser le reste de vodka et laisser reposer un mois.

Ensuite filtrer ajouter 5 c.a.s. de miel, bien mélanger.

Prendre :

1 c.a.s. 3 x par jour

Améliore la circulation du sang, fortifie le cœur, combat la fibromyalgie.