

Hälsoshot!

Vill man undvika att bli sjuk? Lätt fråga att besvara...

Testa en shot med gurkmeja som är extremt antiinflammatorisk och hälsosam!

5 dl vatten (gär även med äpplejuice)
50g färsk riven gurkmeja
200g färsk riven ingefära
½ röd färsk chili
2 st citroner
½ dl honung
1 tsk olivolja eller kokosolja
svartpeppar



Så här gör ni

Den här shoten är stark, pepprig och beroendeframkallande på en och samma gång. Och på något smått magiskt vis så känner man nästan hur mycket nytta den gör för kroppen i samma sekund som man dricker den.

Koka upp vätskan med chili, färsk riven gurkmeja och ingefära. Svalna av. Tillsätt sedan honung och saften av två citroner. Tillsätt sedan oljan. Servera i shotglas och strö över nymald svartpeppar!

Starkt och otroligt nyttigt!

Hälsoshot!

**Vill man undvika att bli sjuk? Lätt fråga att besvara...
Testa en shot med gurkmeja som är extremt
antiinflammatorisk och hälsosam!**

5 dl vatten (gär även med äpplejuice)
50g färsk riven gurkmeja
200g färsk riven ingefära
½ röd färsk chili
2 st citroner
½ dl honung
1 tsk olivolja eller kokosolja
svartpeppar



Så här gör ni

Den här shoten är stark, pepprig och beroendeframkallande på en och samma gång. Och på något smått magiskt vis så känner man nästan hur mycket nytta den gör för kroppen i samma sekund som man dricker den.

Koka upp vätskan med chili, färsk riven gurkmeja och ingefära. Svalna av. Tillsätt sedan honung och saften av två citroner. Tillsätt sedan oljan. Servera i shotglas och strö över nymald svartpeppar!

Starkt och otroligt nyttigt!