

Ροφήματα για κρυολόγημα από τη Σμυρνιά γιαγιά!

[/ Γενικά Θέματα](#) / [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Αισθάνεσαι το κρυολόγημα να σε πολιορκεί και νιώθεις εξασθενημένη και ανήμπορη να αντεπεξέλθεις στις υποχρεώσεις της ημέρας; Μη φοβάσαι υπάρχει εναλλακτική λύση...

Για το κρυολόγημα μπορείς να πάρεις κάποιο από τα δεκάδες σκευάσματα και φάρμακα από το φαρμακείο ή να το προσπαθήσεις εναλλακτικά.

Η Σμυρνιά γιαγιά σου αποκαλύπτει τα μυστικά της. Εμείς τα δοκιμάσαμε και τα αποτελέσματα ήταν ευεργετικά...

- **Σιρόπι κρεμμυδιού με μέλι!**

Κόψε σε ροδέλες ένα κρεμμύδι και ανακάτεψε το με λίγο μέλι για 24 ώρες! Μετά κατανάλωνε μέχρι 3 κουταλιές την ημέρα!

- **Ρόφημα με τζίντζερ, λεμόνι, σκόρδο και μέλι!**

Ανακάτεψε μια σκελίδα σκόρδο με λίγο τζίντζερ. Στίψε ένα λεμόνι, πρόσθεσε λίγο μέλι και μισή κούπα χλιαρό νερό! Και στην υγεία σου!

- **Ρόφημα τονωτικό με πιπέρι, κουρκουμά, γάλα και μέλι!**

Βράσε μία κούπα γάλα, με λίγο κόκκινο πιπερι, λίγο κουρκουμά και μια κουταλιά μέλι! Ένα και μόνο φλιτζάνι θα σε αναζωογονήσει.

Πηγή: <http://www.shape.gr/ygeia/enallaktikes-therapeies/enallaktika-rofimata-kriologima.html>