

7 Ιανουαρίου 2017

Κρεμμύδι για τον πονόλαιμο!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Πλούσιο σε αντιοξειδωτικές ουσίες, αποτελεσματικό για την πρόληψη του καρκίνου, του διαβήτη, και ακόμη και για το κοινό κρυολόγημα, τα κρεμμύδια είναι απλά ένα superfood.

Φτιάξτε τσάι από κρεμμύδι για να καταπραΰνετε τον πονόλαιμο. Βράζουμε νερό και βάζουμε μέσα τις φλούδες του κρεμμυδιού, (περίπου 1 φλιτζάνι νερό για τις φλούδες από 1/2 κρεμμύδι). Το αφήνετε να φτάσει σε θερμοκρασία βρασμού και μετά αφαιρείτε τις φλούδες.

Πηγή: neadiatrofis.gr