

## Χυμός λεμονιού για τον πονόλαιμο!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Χυμώδες, αρωματικό

και πολύ όξινο, το λεμόνι μπορεί να αναδείξει τη γεύση σε γλυκά και αλμυρά τρόφιμα. Μπορεί όμως να σας απαλλάξει και από τον πονόλαιμο!

Κάντε γαργάρες με ένα κουταλάκι του γλυκού χυμό λεμονιού και 1/8 του

φλιτζανιού ζεστό νερό για να βοηθήσει τον πρησμένο λαιμό και να σκοτώσει τα βακτήρια. Φτιάξτε ένα ζεστό τσάι που γίνεται με μια κουταλιά της σούπας μέλι και μια κουταλιά της σούπας χυμό λεμονιού.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)