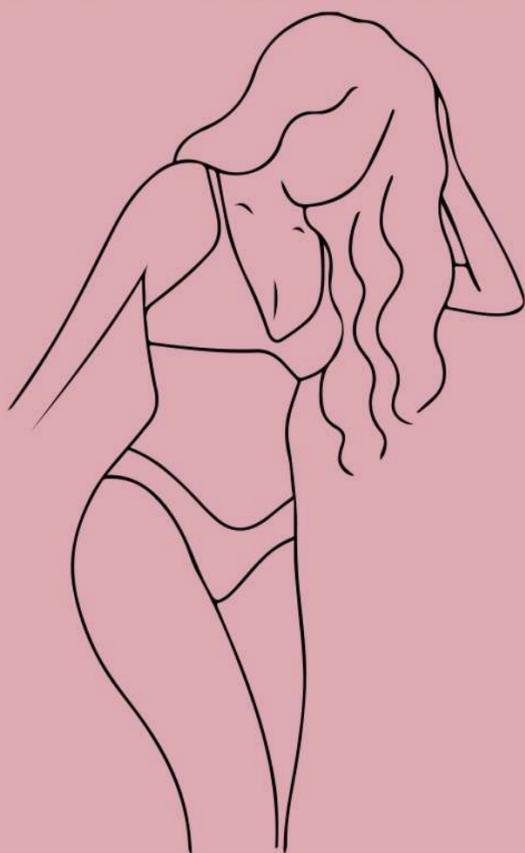


# Chás de alho seca barriga



# Receita tradicional do chá de alho.

Em primeiro lugar, descasque 2 dentes de alho;

Em seguida, amasse-os e os coloque dentro da xícara;

Ferva 250ml de água e adicione na xícara;

Tampe com um pano e deixe descansar por 10 minutos;

Se quiser, coe antes de beber.



# Receita de chá de alho com maçã.

Ingredientes:

2 maçãs;

2 dentes de alho;

350 ml de água

Modo de Preparo:

Lave as maçãs, corte em cubos e retire as sementes;

Descasque o alho e parta em rodela finas;

Coloque todos os ingredientes em uma panela e leve ao fogo alto;

Quando começar a ferver baixe o fogo, tampe a panela e aguarde 5 minutos;

Desligue o fogo e aguarde 3 minutos;

Está pronto. Coe e beba



# Receita de chá de alho com limão e gengibre.

## Ingredientes

250 ml de água;

3 dentes de alho;

1/2 limão;

1 pedaço de gengibre;

## Modo de preparo

Primeiramente, amasse os alhos e reserve. Leve a água para ferver junto com o alho amassado e o gengibre em uma panela. Assim que começar a ferver, apague o fogo, adicione o sumo de limão, tampe o recipiente e reserve por 3 minutos. Por fim, sirva o chá na xícara e adoce com um pouco de mel se desejar



# Receita de alho, mel e vinagre de maçã

## Ingredientes

- 8 dentes de alho frescos
- 1 chávena de vinagre de maçã orgânico (200 ml)
- 1 chávena de mel (200 ml)

## Modo de Preparação

- Coloque todos os ingredientes no liquidificador.
- Bata os alimentos em alta velocidade por 1 minuto.
- Depois de bater os alimentos, verta o preparado para um frasco de vidro. Coloque o frasco no frigorífico por cinco dias, mexendo de vez em quando.
- Depois desses 5 dias, tem a mistura concluída.

Agora, pode usar o remédio caseiro, diluindo em água duas colheres de chá retiradas do frasco. Misture-as num copo de água morna. Depois de bem diluído o remédio na água, deve tomá-lo com o estômago vazio, todas as manhãs.



# Receita de alho, louro e gengibre

## INGREDIENTES:

- 5 folhas de louro
- 3 dentes de alho
- 3 cm de gengibre
- 500ml de água

## MODO DE PREPARO:

- Em fogo alto, coloque a água para ferver com o gengibre e o alho de 5 a 10min.
- Depois de fervida, desligue o fogo, adicione o louro, tampe e deixe em infusão por 10 minutos.
- Retire da água o louro e o gengibre e beba o chá ao longo do dia.

