



DER JR-ANTI-CORONA-SHOT

Liebe OP-Kraft, stärke Deine Abwehrkräfte!

Einige Lebensmittel haben (z. B. durch Alkylamide, Polysaccharide, Saponine etc.) nachgewiesene und natürliche antivirale, antibakterielle und antiinfektiöse Eigenschaften.

Nutze diese ergänzende Kraft von antiviralen und antibakteriellen Lebensmitteln, um gesund zu bleiben. Wir haben in diesem JR-Anti-Corona-Shot die Vorteile von Kurkuma, Ingwer, Honig und Zitronen für Dich kombiniert.

Zutaten (für 1 Flasche / ca. 1 Liter):

- 1 Liter naturtrüber (Bio-) Apfelsaft
- 3 (Bio-) Zitronen oder Limetten
- frischer Ingwer (je nach Schärfewunsch 6-12 Zentimeter)
- frischer Kurkuma (2-4 Zentimeter)
- auf Wunsch etwas Honig zum Abschmecken (kaltgeschleudert und naturbelassen)
- 1 große oder mehrere kleine Glasflaschen mit luftdichtem Verschluss

Zubereitung:

- Apfelsaft in einen großen Mixbehälter geben.
- Zitronen auspressen.
- Ingwer und Kurkuma mit etwas Apfelsaft und den Zitronensaft und einem Mixer / Zauberstab fein pürieren. (Alternativ: Die Wurzeln ganz fein auf der Küchenreibe reiben.)
- Alle Zutaten zusammen in den Mixbehälter geben, gut durchmischen und anschließend in eine Flasche umfüllen.
- Kühl und dunkel lagern und mindestens 2 Stunden ziehen lassen. Ggf. durchsieben.
- Der JR-Anti-Corona-Shot ist im Kühlschrank mindestens 1 Woche lang haltbar.

Viel Spaß beim Genießen und bleibe gesund!

Dein JR-Team



PS: Kennst Du schon unsere Fit-im-OP-Broschüre „7 einfache Tipps, wie Du im OP gesund bleibst“?

Einfach hier herunterladen:

<https://www.jr-optimiert.de/sei-gut-zu-dir-ebook/>



OP-TIMIERT®

www.jr-optimiert.de