



# Бабушкины рецепты

еженедельная газета издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

У газеты «Бабушкины рецепты»  
есть сайт

**br-online.ru**

Вы можете найти на нем  
информацию, не вошедшую  
в газету, а также выпуски  
газет прошлых лет.

## От дневной сонливости



Готовим волшебный имбирный чай. Он улучшает кровообращение, тонизирует, активизирует обмен веществ, укрепляет иммунитет. Способствует выведению шлаков и токсинов из всего организма. У него много полезных свойств, но главное - имбирный чай избавляет от постоянной сонливости и беспричинного недомогания!

**На 0,5 литра воды нам понадобится:**

- свежий корень имбиря (3-4 см);
- кардамон - 2 стручка;
- щепотка корицы;
- 1 ч. л. зеленого чая;
- 3 ч. л. цветочного меда (можно и больше)
- звездика (по желанию);
- половина лимона.

Доводим воду до кипения и добавляем туда все ингредиенты, кроме меда, варим 3-4 минуты на среднем огне, а затем даем немного остыть. Мед добавляем только в теплый чай!

Матюшина Инга, г. Клин

Газету «Бабушкины рецепты»  
и «Чудесные исцеления  
и целительные чудеса» можно  
приобрести в почтовых  
отделениях «Почты России»,  
а также в магазинах «Магнит»  
и других сетях.

## Как вырастить чайный гриб с нуля

500  
рублей

Сейчас становится популярным выращивание дома разных грибов, таких как рисовый, чайный и другие. У моей подруги тоже появился такой гриб, она всерьез увлеклась его выращиванием, а затем стали пить его всей семьей. Она неоднократно предлагала поделиться рецептом выращивания этого чудо - гриба, но я долго отнекивалась от такого подарка, пока сама не попробовала этот замечательный напиток на вкус.

Читайте на стр. 5



## СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Как лечить хроническую усталость
- Как вырастить чайный гриб с нуля
- Профилактика от рака и способ похудеть
- Как избавиться от свисающего живота за неделю
- Инсульт: способы восстановления
- Обертывания для похудения живота и боков
- И многое другое

Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с врачом! Могут быть противопоказания! Помните, речь идет о Вашем здоровье! Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.

ISSN 1811-9492



9 771811 949000

23024



>