



HURT LESS - LIVE MORE



# לימונדה קטלנית לווירוסי חורף

## מצרכים:

לימון אחד על כל חולה בבית

כף גדולה של דבש, כנ"ל

מים רותחים, כוס אחת לכל חולה

פלפל צ'ילי גרוס, כמה שאתם יכולים לסבול

תוספת לבחירה: שורש ג'ינג'ר טרי פרוס או ג'ינג'ר מסוכך

## הכנה:

לסחוט את הלימונים ולערבב את מיץ הלימון הטרי עם שאר המצרכים

תנו ללימונדה להתקרר עד שאפשר לשתות אותה

תגישו לכולם

לילדים קטנים תסננו את הצ'ילי הגרוס

אם הוספתם ג'ינג'ר מסוכך, תשאירו אותו בתחתית הקנקן עד שסיימתם את הלימונדה, ואז תאכלו אותו

# תהיו בריאים!

