Целебная паста для иммунитета

Для приготовления пасты нам понадобиться:

Курага-200гр

Изюм-200гр

Чернослив-200гр

Грецкие орехи-200гр

1 лимон

1 стакан мёда

Все сухофрукты и лимон промыть под водой, пропустить через мясорубку. Добавить мёд, все хорошенько перемешать. Переложить в стеклянную баночку, хранить пасту в холодильнике. Пасту нужно употреблять утром и вечером по одной столовой ложке. Если организм ослаблен, то можно 3-4 ложке в день. Эта целебная витаминная паста принесет огромную пользу вам и вашему ребенку. Ваш иммунитет будет значительно укреплен.

Приятного аппетита!!! Будьте здоровы!!!