食酵三合一

材料:

1.食用酵素

2.天然蘋果醋(沒有蘋果醋可以用新鮮檸檬汁替代）

3.蜂蜜(不可使用調合蜜)

各一份

做法：

按照份量混合攪勻，因為所有材料都有活性，密封後會有氣體產生，可以每天定時開瓶放氣。也可以現配現喝。

飲用方法：

1.每天5~10ml原液對100~200ml飲用水稀釋飲用，以增強人體免疫力預防病毒。

2.如出現感冒症狀時，可以適當加量，每天飲用3~4次，並且大量喝水。這有利於體內毒素排出，減輕感冒症狀，幫助早日痊癒。

3.咳嗽、口腔潰瘍及喉嚨痛都可時飲用

為什麼稱為天然抗生素

【酵素】飽含酶、活性益生菌、有機酸、礦物質、分解細化的氨基酸、低聚醣，有利於體質的綜合改善，免疫力提高。

【天然蘋果醋】含豐富果膠、維生素、酸性能夠殺滅病菌，增強人體免疫力和抗病毒能力。

【天然蜂蜜】最天然的酵素、豐富的營養物質和果糖容易被人體吸收利用，恢復體力，增強免疫力。

功效 :

咳嗽和感冒、祛痰、能有效殺菌是很好的天然抗生素、化痰、任何發炎腫痛引起的發燒、消水腫、抵制病毒性感染疾病如流感等。

咳嗽痰多可加蒜頭和檸檬，增強免疫功能。蒜頭加水煮沸滅火後加食酵三合一