



DOMÁCÍ LÉČENÍ 12. 04. 2013

Puškvorec na odvykání kouření

Tajemství receptu, jenž je vhodný pro kuřáky, kteří chtějí přestat kouřit, spočívá v puškvorci. Co budeme potřebovat: sušený kořen puškvorce nůž ...

Co budeme potřebovat:

sušený kořen puškvorce

nůž

Jak na to:

Kořen puškvorce nadrobno nasekáme a pomalu rozkousáme. Jeho zbytky však nepolykáme, ale vyplivneme. Hořká kořeněná chuť puškvorcového kořene zmírňuje abstinenční příznaky a způsobuje změny ve vnímání chuti cigarety. Díky této změně by vám mělo kouření přestat chutnat.