

советы от всех болезней

500
рублей
в каждом номере

16+

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.

ГОРЧИЦА ЛЕЧИТ

500
рублей

Горчица широко использу-
ется в народной медицине.

И не только для того, что
насыпать ее в носки или делать
горчичники.

Усталость ног. Болеутоляющая и
успокаивающая ванночка: 2 ст. л. гор-
чицы смешать с 2 л горячей воды и
опустить в нее ноги на 30 мин.

Боль в горле. Смешать немного ли-
монного сока, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. меда,
1/2 ч. л. горчицы и 100 мл теплой во-
ды. Полоскать горло 4-6 раз в день.

Гайморит, насморк. Намочить ткань
горячей водой, завернуть в нее сухую
горчицу и положить на нос или об-
ласть между бровей.

**Боли в спине, артрит, растяжения
связок.** Целебная ванна с горчицей.
В горячую воду всыпать 220 г сухого
порошка горчицы, но делать это по-
степенно, хорошенько размешивая
во избежание комков. Принимать гор-
чичную ванну следует 20 мин.

Головина Виктория, г. Омск

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

ПОЧЕМУ ЛУК ПОЛЕЗНЕЕ, ЧЕМ ВЫ ДУМАЕТЕ

Лук белый, желтый или красный - один из самых популярных ово-
щей в мире, при этом и самых разносторонних, он дает безошибоч-
но узнаваемый, едкий вкус - некоторые сорта лука больше, чем дру-
гие. Луки добавляют в холодные салаты и горячие супы, нарезают
кольцами или дисками для гамбургеров, тушат и жарят. Вкусная
карамелизация, которая происходит при обжарке лука, обусловлена
их высоким содержанием сахара. Испанский красный лук, как прави-
ло, более мягкий, чем белый или желтый.

Продолжение на стр. 5



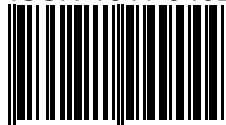
СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Худеем с кефиром:
4 лучших рецепта
- Как прорастить
пшеницу и как ее
употреблять
- Как самостоятельно
проверить состояние
своего здоровья
- Магия желтого сока:
лечение чистотелом
- Невероятно,
на что способен
гранат
- Самые лживые
этикетки
- 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

24038



>