Čaj z černého pepře

Pro 1 osobu

- **2 šálky VODY** dám do kastrolku a přidám
- **15 kuliček ČERNÉHO PEPŘE** a vařím, dokud nezbyde 1/2 šálku tekutiny.

Čaj bez cukru napomáhá při léčení **onemocnění krku** a **ústní dutiny**. Když si tímto čajem budeme potírat **dásně**, zbavíme se **otoků** a **zánětů**. Můžeme jej rovněž aplikovat na **pokožku**, když chceme vyléčit některá **kožní** onemocnění.

Podávám samotné.

Poznámky: Pro lidi mající tělo typu pitta (převládající žluč) se doporučuje pít **čaj z několika kuliček celého černého pepře** (5 až 7) pouze s medem nebo s mlékem a jiným kořením a to jenom v malém množství. Pomůže také lidem trpícím **bolestmi břicha**. Pravidelné pití tohoto čaje pomůže vyléčit chronickou **úplavici**. Čaj totiž otevírá póry v **žaludeční** a **střevní** stěně, zvýší oheň a **vyloučí** staré nánosy ze střevní stěny. Také vyčistí **průdušnici** a vyloučí **hlen z plic a hrudní oblasti**. To se děje prostřednictvím ohřívacího efektu, který tento čaj na tělo má (čímž se rovněž zlepší **krevní oběh**) a **plíce** mohou vyloučit nahromaděné odpadní látky a přebytek hlenu. Tento čaj také léčí **horečky**. Pravidelné užívání směsi mletého černého pepře, ghí, medu nebo nerafinovaného cukru **pomůže vyléčit všechny druhy kašle**, nebo jím **předejít**.
Po každém jídle je tělu prospěšné ležet na levém boku 21 minut. Odpočívám, relaxuji.

Upozornění: Nadměrné používání pepře není dobré pro studenty a pro lidi, kteří chtějí mít dobrou paměť.

Informace o surovině: **Černý** pepř **podporuje chuť k jídlu**. Tělo jej snadno **vstřebává** a má stimulační a **močopudný** účinek. Obsahuje všech 5 elementů ve stejném vzájemném zastoupení. Při přípravě zeleniny, nebo jiných pokrmů velmi pomůže **trávicímu** procesu a vytvoří vynikající chuť. Doporučuje se jej užívat **smíchaný s medem** každé ráno na **lačno**. Černý pepř léčí **kašel**, **astma**, poruchy **trávení**, **horečky**, **nemoci z nachlazení**, **spavost**, slabý **trávicí Oheň** a **zácpy**. Hubí **cizopasníky**, **utišuje bolest** a napomáhá při trávení **tuků**. Vyčistí **průdušnici** a vyloučí **hlen z plic a hrudní oblast**i.

2019-2022 © Jiří Hudeček. Podívejte na Facebookovou stránku Ajurvédská kuchařka
Připojte se do FB skupiny Ajurvéda: Máme více energie! www.ajurvedskakucharka.cz