

## Tónico antiinflamatorio. [Ideal para cuidar las articulaciones

Este maravilloso tónico te ayudará a limpiar tu hígado y a desinflamar las articulaciones y la piel. Da luminosidad a la piel del rostro por su contenido en vitamina C, que a su vez contribuye a la formación de colágeno en los tejidos conectivos del cuerpo. Una bebida ideal para tomar cada día. Perfecto para corredores y deportistas en general.

### Ingredientes (para 1 persona)

El zumo de 1 limón

1 chorreoncito de miel

1 pizca de estas especias: jengibre, cúrcuma, curry y pimienta molida.

Agua (al gusto)

### Preparación del Tónico antiinflamatorio

Es tan fácil como mezclar los ingredientes añadiendo al final un poco de agua a nuestro gusto y ¡LISTO!