

ZAPISKI BABCI JADZI

DOMOWE SERUM Z SIEMIENIA

NA SUCHE KOŃCE, RAZ W TYGODNIU

- 1 2 łyżki siemienia lnianego zalewam szklanką wody.
- 2 Gotuję na małym ogniu 5-8 minut, aż zgęstnieje jak kisiel.
- 3 Cedzę od razu, na ciepło, przez gazę.
- 4 Letni wmasowuję w same końce. Po 30 minutach spłukuję.

CZEGO NIE ROBIĘ

- nie gotuję dłużej niż 10 minut
- nie cedzę zimnego, bo nie przejdzie

Zostało? Słoik do lodówki, najwyżej na 5 dni.

Babcia Jadzia