

KUŞBURNU SİRKESİ



- *Bağırsıklık sistemini güçlendirir.
- *İçerdiği organik asitler sayesinde damarlarda oluşan tortuları yok eder.
- *Şeker hastaları rahatlıkla tüketebilir.
- *Kanı temizler ve dolaşımı düzenler.
- *Vücuttaki ödemin atılmasına ve iltihapların giderilmesine yardımcı olur.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

SANDALÖZ SAKIZLI ELMA SİRKESİ



- *Yağları parçalar.
- *Metabolizmayı hızlandırır.
- *Kolesterolü düşürür tansiyonu dengeler.
- *Tokluk hissi sağlar.
- *Bağırsakları çalıştırır.
- *Hamileler, emzirenler ve çocuklar kullanamaz.
- *Çok düşük tansiyona sahip kişiler doktoruna başvurarak kullanması tavsiye edilir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

BAL SİRKESİ



- *Boğaz ağrılarını geçirir.
- *Buğu olarak uygulandığında ses kısıklığına iyi gelir.
- *Damarları açar, kan dolaşımını düzenler.
- *Alerjik rinit (saman-bahar nezlesi) gibi mevsimsel alerjilere iyi gelir.
- *Kilo kaybına katkı sağlar.
- *Mide bağırsak ve sindirim sistemi üzerinde olumlu etkiler gösterir.
- *Mide kramplarını geçirir.
- *Bala alerjisi olanlar doktoruna başvurarak kullanması tavsiye edilir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

GİLABURU SİRKESİ



- *Yaşlanma etkilerini geciktirmeye yardımcıdır.
- *Antioksidan özelliği sayesinde bir çok kanser türüne karşı koruyucu bir etkisi vardır.
- *Kalp dostudur.
- *C vitamini deposudur.
- *Manganez, e, c, k vitaminleri bulundurulur.
- *Böbrek kumu ve böbrek taşı tedavisinde tavsiye edilir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

ZERDEÇALLI ELMA SİRKESİ



- *Erken yaşlanmayı geciktirici etkisi vardır.
- *Alzheimer hastalığını önlemeye yardımcıdır.
- *Baş ağrısı, bronşit, soğuk algınlığı rahatsızlıklarda tavsiye edilir.
- *Ameliyat sonrası iyileşme de yardımcıdır.
- *Ayrıca ağrıların giderilmesinde de zerdeçalı elma sirkesi doğal bir ağrı kesici işlevi görür.
- *Tamamen doğal yollarla üretilen zerdeçalı elma sirkesini rahatlıkla tüketebilir, dilerseniz salata ve soslara da kullanabilirsiniz.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

BUĞDAY ÇİMİ SİRKESİ



- *İçeriğinde bulunan B17 sayesinde kanser hücrelerinin ölmesine yardımcı olur.
- *Sindirimi kolaylaştırır bağırsıklık sistemini güçlendirir.
- *Kanın pH'nı ve şekerini dengeler.
- *Kanın oksijen taşıma kapasitesini artırır.
- *Anti - aging ve antioksidan özelliği gösterir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

DUT SİRKESİ



- *Bağırsıklık sistemini güçlendirir.
- *Öksürüğü giderir balgamı söker.
- *Kanı temizler.
- *Karaciğeri temizler ve böbrekleri güçlendirir.
- *Kan dolaşımını artırır enfeksiyon oluşmasını engeller.
- *Cildi gençleştirir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

HURMA SİRKESİ



- *Mikroplara karşı bağırsıklık sistemini güçlendirir.
- *İştah açıcı özelliği vardır.
- *Böbrek taşı oluşmasını engeller.
- *Astım ve solunum hastalıklarında tedaviye yardımcıdır.
- *Kansızlık oluşumunu engeller.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

BALZAMİK SİRKESİ



- *Vücutta biriken yağı yok etmeye yardımcıdır.
- *Antioksidan içeriği sayesinde pek çok mikrop ve bakteriye karşı vücudu korur.
- *Kadın hastalıklarına ve çeşitli enfeksiyonlara karşı dirençli olmayı sağlar.
- *Alzheimer gibi unutkanlıklarına karşı hafızayı güçlendirir.
- *Eklem ve romatizma hastalıklarına karşı tedavi edici özelliği vardır.
- *Kan şekerini dengeler ve diyabet hastalığına iyi gelir.
- *Düzenli olarak tüketildiğinde kolesterolü kısa süre içinde yok eder.
- *Mide sağlığı için birebirdir, mide ağrılarına ve gastriti iyileştirici etkisi vardır.
- *Kalp sağlığını korur, dolaşım sistemini güçlendirir.
- *Ruhen, zihnen sakinleştirici özelliği sebebiyle strese ve uyku sorunlarına karşı etkilidir.
- *Başta burun kanaması olmak üzere kanama sorunlarını giderir.
- *Vücutta mineral eksikliği olduğunda yaşanan enzim üretiminin azalması durumunda tamamlayıcı rol oynar.
- *Vücudun hormon üretimini canlandırır.
- *Ciltte oluşan , egzama tedavisine yardımcıdır.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

YEŞİL ÇAM KOZALAĞI SİRKESİ



- *Bağırsıklık sistemini güçlendirir.
- *Solunum, akciğer, balgam çıkarma ve astım gibi hastalıkların tedavisinde yardımcı olarak kullanılır.
- *Düzenli kullanımda yıpranmış saç sorununu en aza indirir.
- *Sigara kullanıyorsanız zararlarını azaltmak, sigarayı bıraktıysanız, vücudunuza vermiş olduğu zararlardan kurtulmak adına, çam kozalağı sirkesinden yararlanabilirsiniz.
- *Herhangi bir rahatsızlığınız var ise de doktorunuza danışmadan tüketmemelisiniz.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

Doğanın Kaynağından Gelen Şifa

SİRKENİN FAYDALARI



Ahizade

MAZİDEN KALAN DOĞALLIK

İçilebilir

DOĞAL

Katkısız

Filtre Edilmemiştir

İLAÇ DEĞİLDİR

PROBİYOTİKLERİ DESTEKLER

ELMA SİRKESİ



- *Glisemik indeksi (gi) düzenleyerek vücuttaki kan şekeri düzeyini düşürür.
- *İnsülin direncini azaltarak insülin duyarlılığını artırır.
- *Kolesterolü düşürür.
- *Metabolizmayı düzenleyerek zayıflamaya yardımcı olur.
- *Cildin pH'sını düzenler ve sivilce oluşumunu önler.
- *Varis ve kepeklenmelere karşı etkilidir.
- *Ağız yaraları ve boğaz enfeksiyonlarını önler.
- *Grip ve soğuk algınlığının önlenmesinde etkilidir.
- *Na vücuttaki etkisini azaltarak yüksek tansiyonu engellemektedir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

ÜZÜM SİRKESİ



- *Antioksidan içeriği ile mikrop kırıcı etkisi vardır.
- *Grip, nezle, boğaz ağrısı ve soğuk algınlığı gibi rahatsızlıklarda yardımcıdır.
- *Metabolizmayı hızlandırır, hazmı kolaylaştırır.
- *Kemikleri güçlendirir.
- *Varislere ve siğillere sirkeli bez konulduğunda iyi gelir.
- *Yorgunluk ve uykusuzluğu giderir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

ALİÇ SİRKESİ



- *Kalp ve damarın kuvvetlenmesinde yardımcı olur.
- *Kanı inceltici ve sulandırıcı etkisinden dolayı yüksek tansiyonda elma sirkesi ile beraber kullanılması önerilir.
- *İktidarsızlıkta düzenli kullanım şartıyla tavsiye edilir.
- *Kalbi ve kalp kaslarını kuvvetlendirmede yardımcıdır.
- *Damar sertliğine ve damar tıkanıklığına karşı korur.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

ENGİNAR SİRKESİ



- *Karaciğer dostu enginar karaciğer yağlanmasına iyi gelir.
- *İçeriğindeki organik asitler sayesinde karaciğeri ve safra kesesini korur.
- *Kanı temizler.
- *Demir içeriği bakımından zengindir.
- *İştah açar.
- *Vücudu kuvvetlendirir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

CEVİZ SİRKESİ



- *Beyin hücrelerini yeniler kansızlığı giderir.
- *Sinir sistemine fayda sağlar.
- *Sedef ve guatr hastalıklarına faydalıdır.
- *Kolesterolü düzenleyici etkisi vardır.
- *Strese iyi gelir.
- *Kadınlarda regl düzeninde olumlu etki sağlar.
- *İştahı keser, zayıflamaya yardımcı olur.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

LİMON SARIMSAK MAYDONOZ SİRKESİ



- *Kalp damarını açar.
- *Kalbi besleyen damar yolunun tıkanmasını engeller.
- *Kalp damarlarında plak oluşumunu önler.
- *Kalp damarlarının yağ bağlamasını engeller.
- *Kan dolaşımını hızlandırır ve güçlendirir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

NAR SİRKESİ



- *Enerji verir yorgunluğu giderir.
- *Antioksidan özelliği vardır.
- *Vücuttaki toksinlerin atılmasını sağlar.
- *Bağırsık sistemini güçlendirir.
- *İshali önler, bağırsak parazitlerini yok ederken bağırsaklardaki yararlı bakterilerin artmasını sağlar.
- *Kolesterol ve kan şekeri düzenler.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

BÖĞÜRTLEN SİRKESİ



- *Ağız ve diş eti yaralarını iyileştirir.
- *Mesane taşlarını düşürmeye yardımcı olur.
- *Ayaklardaki şişlik ve ödemi alır.
- *Şeker hastalığının etkisini en aza indirir.
- *Düzenli kullanımda insülin duyarlılığını artırır.
- *İdrar söktürücü etkisi vardır.
- *Kadınlarda görülen beyaz akıntıyı önler.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

BALLI ELMA SİRKESİ



- *Damarları açar, kan dolaşımını düzenler.
- *Beyin ve sinir sistemine faydası vardır.
- *Alerjik rinit (saman -bahar nezlesi) gibi mevsimsel alerjilere iyi gelir.
- *Kilo kaybına katkı sağlar.
- *Ağız yaraları ve boğaz enfeksiyonlarını önlemeye yardımcı olur.
- *Kasların güçlenmesinde, grip ve soğuk algınlığında etkilidir.
- *Sodyumun vücuttaki etkisini azaltarak yüksek tansiyonu engeller.
- *Mide bağırsak ve sindirim sistemi üzerinde olumlu etkiler gösterir.
- *Mide kramplarını geçirmektedir.
- *Bala alerjisi olanlar doktoruna başvurarak kullanması tavsiye edilir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

LİMON SİRKESİ



- *Soğuk algınlığı, grip ve nezleyle karşı korur.
- *Boğaz ağrısı ve vücuttaki diğer ağrıları azaltır.
- *Su ile karıştırılarak gargara yapıldığında ağız kokusunu engeller.
- *İdrar söktürücü etkisi vardır.
- *Metabolizmayı hızlandırır.
- *Akciğerlere faydalıdır.
- *Ateş düşürücü etkisi vardır.
- *Mide, safra ve bağırsak problemlerine iyi gelir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

KAYISI SİRKESİ



- *Besleyici ve iştah açıcıdır.
- *Bedensel ve zihinsel yorgunluğu giderir, sinirleri sakinleştirir.
- *Cildi yumuşatır ve nemlendirir.
- *Migrene iyi gelir.
- *Demir ve zengin vitamin içeriği sayesinde kansızlığa iyi gelir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

İNCİR SİRKESİ



- *Bağırsık sistemini güçlendirir.
- *Enfeksiyonları önler.
- *Sindirmiyi kolaylaştırır.
- *Kolesterolü düşürür.
- *Kalp ve damar hastalığı oluşumunu önler.
- *Arı sokmalarında ve saçlarda oluşan kepeğe karşı olumlu etki göstermektedir.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

HÜNNAP SİRKESİ



- *Kanı temizler.
- *C vitamini, mineral ve organik madde içeriği bakımından zengindir.
- *Kalp ve damar hastalıkları, şeker hastalığı, yüksek tansiyon, kanda kolesterol problemi gibi hastalıklara iyi gelir.
- *İdrar söktürücü ve kabızlığı giderici etkisi vardır.
- *Diş minelerini güçlendirir dişleri beyazlatır.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

ZENCEFİLLİ ALİÇ SİRKESİ



- *B3, B6, demir, kalsiyum, fosfor, Na, K ve Mg mineralleri içerir.
- *Zencefil, saç köklerini güçlendirir ve saçlarınızın parlak bir görünüme ulaşmasına yardımcı olur.
- *Üreme organları için faydalı olan zencefilin doğurganlığı artırdığı bilinmektedir.
- *Alzheimer gibi sorunların oluşumunu azaltmaktadır.
- *Düzenli kullanımda beyin fonksiyonlarını canlı tutar.
- *Zencefilin içerisinde bulundurduğu gingerol maddesi zencefilin kanser oluşumunu önlemeye yardımcı olur.
- *Kalp ve damarın kuvvetlenmesinde yardımcıdır.
- *Regl ağrılarını azaltmaktadır.
- *Mikrop öldürücü, antibakteriyel özelliği vardır.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

PİRİNÇ SİRKESİ



- *Cildi pürüzsüzleştirir.
- *Zayıflamada etkilidir.
- *Sinirleri yatıştırır etkilidir.
- *Ciltte oluşan sivilce ve akne oluşumunu önler.



Günde 3 defa 2 kaşık sirke, 1 bardak su ile karıştırılarak düzenli olarak tüketilir. 21 gün aralıksız devam edilmelidir.

NOT: SİRKE KULLANIMINDA 1 ÇAY KAŞIĞI BAL KARIŞTIRIP TÜKETİLMESİ TAVSİYE EDİLİR. EĞER ŞEKER HASTALIĞINIZ VAR İSE BAL TAVSİYE EDİLMEZ.