

Remas.nu

Minuman Air Tajin

~ Sulis Tyowati ~

Video, resep tips Lengkapnya Ada Di Instagram [@sulistyowati_05](https://www.instagram.com/sulistyowati_05)
Telegram https://t.me/sulistyowati_05



~ [Info Selengkapnya](#) ~

Bahan-bahan

- **secukupnya** Beras ORGANIK (kalo gak ORGANIK rendam dulu dengan eco enzyme /CUKA apel 15 menit lalu bilas)
- Air sesuaikan dengan jumlah beras nya

remas.nu

Langkah-langkah pembuatan

- 1. Cuci Beras yg sudah Di rendam eco enzym / CUKA apel Jika non ORGANIK, kalo ORGANIK langsung rendam rendam 24 jam dengan air biasa ya
- 2. rebus dengan api kecil (jangan lebih dr 80 derajat) biar amilumnya tidak rusak
- 3. Nanti ambil air dr rebusan Beras tadi.
- 4. Boleh tambahkan madu secukupnya
- 5. Konsumsi pagi dan malam hari







- Yg gak punya beras bisa juga pake singkong ya, caranya sama *





- Manfaat
 1. Air tajin mengandung karbohidrat dan mineral penting pada beras
 2. Anti ageing
 3. Menenangkan asam lambung
 4. Menjaga imunitas
 5. Air tajin mengandung oligofruktosa...
Prebiotik makanan favoritnya microbiome di lambung
Jadi minuman Ini bagus untuk lambung ya
 3. Jangan Lupa makan kurma juga
 4. Minum rempah rimpangan jangan Di stop
 5. Perbanyak minum air putih
 6. Berjemur



- 7. Konsumsi juga alpukat, pisang untuk menguatkan lambung
- 8. Konsumsi probiotik, baik cair atau Makanan fermentasi

Resep-resep Terkait

- [Menurunkan Kolesterol \(detox Pare\)](#)



- [Resep Asma](#)



- [Resep BIDURAN](#)



- [Resep penurun demam anak](#)

