



*Bouillon d'os
de poulet*

Bouillon d'os de poulet

Ingédients

- ✓ Os de poulet bio
- ✓ 1 gros oignon
- ✓ 4 carottes moyennes
- ✓ 4 branches de céleri
- ✓ 1 gousse d'ail
- ✓ 2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre de pommes

Les vertus du bouillon d'os de poulet

Connaissez-vous les vertus du bouillon d'os de poulet ?

Le centre médical Sanoviv l'utilise dans leurs programmes médicaux. Il est très réparateur pour les intestins. Consommez avec un estomac vide pour avoir tous les bienfaits. Vous pouvez le prendre à 20h par exemple, au moins 1h30 après votre repas.

Préparation

1. Dans une mijoteuse, mettre les ingrédients.
2. Remplir d'eau.
3. Cuire à feu doux pendant 24 heures.
4. Filtrer pour ne consommer que le liquide.





Pour joindre Isabelle Paquette



[Isabelle Paquette - Conférencière](#)



sparknflynow@gmail.com



[Isabellepaquette1](#)



<https://www.sparknflynow.com/>

