

## Ume-sho-kuzu



### Ingredienti

- 2 tazze di acqua fredda
- 1 cucchiaio di kuzu sciolto in 2 ucchiali di acqua fredda
- 1 prugna umeboshi
- 1 cucchiaino di succo di zenzero
- 2 Cucchiaini di shoyu o tamari

Sciogliere il kuzu, schiacciare la polpa di umeboshi, aggiungere due tazze di acqua e portare a bollore in un pentolino, e fate sobbollire fino a che il kuzu non diventi trasparente. Aggiungere il tamari e lo zenzero. Bere subito.

p.s. io preparo questo rimedio lasciando il nocciolo, naturalmente senza mangiarlo.

Questo rimedio viene usato per:

- Debolezza mancanza di energia
- Raffreddori
- Disturbi gastrici o intestinali, in particolare nei casi di diarrea (prendere 1 tazza due volte al giorno fino all'arresto della diarrea)