

CALMAG

Ingredientes: 1Kg de Gluconato de Cálcio.
 1 Garrafa de vinagre de cidra.
 100g de Carbonato de Magnésio.

Para 6 copos

1. Pôr seis colheres de sopa rasas de Gluconato de Cálcio num jarro para seis copos.
2. Adicionar 3 colheres de chá rasas de Carbonato de Magnésio.
3. Adicionar seis colheres de sopa de vinagre de cidra (com pelo menos 5% de acidez).
4. Mexer bem.
5. Adicionar 6 copos de água a ferver e mexer até todo o pó estar dissolvido e o líquido resultante transparente. (Se isto não ocorrer pode dever-se a um Carbonato de Magnésio deficiente ou velho, ou quantidades mal doseadas)..
6. Durará três dias em boas condições no frigorífico.