



*Эхинацея*

**Рецепт №2.**

Смешайте в равном количестве измельченные **листья петрушки, малины, черной смородины, семена овса, плоды боярышника и траву пустырника.**

1 ст. ложку смеси залейте 1 л кипятка, оставьте настаиваться на ночь в термосе, процедите. Пейте настой в течение дня в перерывах между едой.

**Татьяна РУЖЕНЦОВА, врач-инфекционист,  
профессор, доктор медицинских наук.  
Фото: фотобанк Лори.**