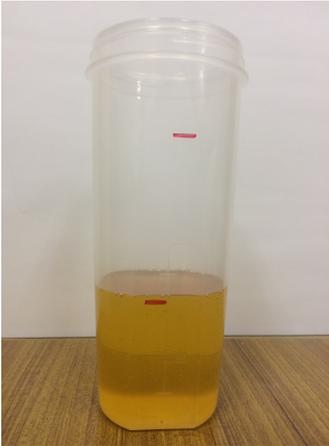


単蜜くろずの作り方・飲み方

準備

1. 専用容器を水洗いして、**完全に乾燥**させる。
2. パッキンやフタの栓をセットしておく。



作り方①

「ml」の目盛を用いて、**「たんみつ」を200まで**入れる。

作り方②

さらに、「坂元のくろず」を**500まで**加えて、白色の上フタをしっかりと閉めて、シェイクしたものを原液とする。



飲み方

1日2~3回、20mlずつ薄めて飲む。
朝・夕 または 朝・昼・夕
(食前・食後・空腹時いつでもOK)



効果的に飲むためのポイント

- 水で薄めるとさっぱり飽きない味に。
- 牛乳、豆乳では「飲むヨーグルト風味」に。
- **必ずたっぷり薄めて飲むこと。**