

Acqua di cicoria

L'acqua di cicoria, da impiegare a scopo terapeutico, si ottiene facendo bollire un chilogrammo di cicoria in circa tre litri d'acqua.

Quando la cicoria è cotta, si può mangiare nei modi più vari, ma l'acqua di bollitura viene fatta raffreddare e poi conservata in frigorifero.

Se ne beve una tazza al mattino, a digiuno, in caso di patologie renali caratterizzate da elevati livelli di azotemia e creatininemia, quando è necessaria un'azione di drenaggio organico più intensa, oppure nell'ipertensione arteriosa con pressione diastolica elevata, con la possibilità di alternare all'acqua di cicoria quella di cipolla.