Die fermentierten Früchte und ihre Anwendung



Ein paar wertvolle Tipps

Fermentierte Früchte werden nicht gekaut, sondern langsam gelutscht. So kann man ganz bewusst wahrnehmen, was der eigene Körper gerade braucht. Kinder haben meist noch eine sehr, sehr gute Intuition und wissen ganz selbstverständlich, was ihnen guttut und was sie brauchen. Wir Erwachsenen dürfen wieder lernen, dieser natürlichen Wahrnehmung zu vertrauen.
Bei der Einnahme gibt es keine feste Reihenfolge - auch hier darfst Du ganz intuitiv vorgehen und darauf achten, wonach Dir gerade ist.
Fermentierte Früchte solltest Du abgedeckt aufbewahren, um die wertvollen ätherischen Öle zu erhalten.

Sie lassen sich außerdem wunderbar und unkompliziert mit der täglichen Nahrung kombinieren.

Dosierung

Der Körper meldet Dir, was er braucht und wann es genug ist. Deshalb gilt auch bei der Dosierung: Höre auf Deinen Körper und vertraue Deiner Intuition.

Als **Daumenregel** gelten etwa 5–10 g fermentierte Früchte pro Tag. In besonderen Situationen kann der Körper jedoch auch deutlich mehr verlangen. In Stresssituationen kann beispielsweise eine ganze Packung Limette gegessen werden. Während der Periode kann eine Frau beispielsweise eine ganze Packung Pomelo essen.

Ein guter Einstieg

Generell ist es sinnvoll, mit einer Leber- und Nieren-Entgiftungskur (Leber Vitalis) zu beginnen.

Leber Vitalis, Kurkuma und Dangshen sind wahre Allrounder.

Sie helfen dabei, den Körper aufzubauen und innere Entzündungen zu reduzieren. Wichtig ist es außerdem, den Körper während dieser Zeit mit ausreichend Wasser zu unterstützen und viel zu trinken.

>>Zu den Produkten



Kurkuma

Kurkuma ist eine Verjüngungskur für Frauen und hilft dabei, stille Entzündungen, die sogenannte Silent Inflammation, einzudämmen.
Kurkuma hilft gegen Karies, enthält sehr viel Calcium und ist gut für die Zähne. Für die Anwendung im Mund werden kleine Stücke von Zahnwurzel zu Zahnwurzel geschoben beziehungsweise gelutscht. Dies kann 2–3-mal täglich gemacht werden. Es stärkt die Zähne und den Zahnschmelz.
Kurkuma hilft außerdem bei Blasenentzündung und Magenverstimmungen. Bei Arthrose unterstützt es die Knorpelbildung und den Muskelaufbau.

>> Zum Produkt

Dangshen

Dangshen wirkt ausgleichend. Es unterstützt das Nervensystem und die Neubildung weißer und roter Blutkörperchen. Es verbessert Ausdauer und körperliche Leistung und ist deshalb auch für Sportler interessant.
Bei belasteten Nerven hilft Dangshen dabei, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Die Energie kommt von alleine.

>> Zum Produkt

Ingwer

Ingwer ist gut für die Darmflora und das Mundbiom. Bei Kopfschmerzen wird er gelutscht und hilft auch bei Migräne.
Ingwer sorgt für Wachsamkeit und ist deshalb beispielsweise auf langen Strecken mit dem Auto hilfreich. Er macht schnell fit.

>> Zum Produkt

Schwarzer Knoblauch

Schwarzer Knoblauch hilft für die Elastizität der Herzgefäße, Kapillaren und Blutadern.

>> Zum Produkt



Kumquat

„Die Kumquat ist das Essen für die Schilddrüse.“ Sie hilft bei Hormonen und Schilddrüse und ist besonders gut für den Hals- und Rachenraum. Sie verbessert das Mundbiom, hilft gegen Husten und beruhigt den Hals.
Sie hilft gegen Zungenbelag und gegen Karies. Die Kumquat wird mit Zeste, also mit der Schale, genommen. Für die Zähne werden kleine Stücke von Zahnwurzel zu Zahnwurzel geschoben eziehungsweise gelutscht. Dies kann 2–3-mal täglich erfolgen. Bei Rauchern vermindert die Kumquat die Lust zu rauchen.

>> Zum Produkt

Limette

Die Limette wird mit Zeste, also mit der Schale, genommen. Sie ist ein spiritueller Jungbrunnen. Durch ihre ätherischen Öle werden freie Radikale gefangen.
Limette verbessert die Stimmung und die Konzentration. Sie hilft bei Unruhe, um wieder zur Ruhe zu kommen, und unterstützt bei Unzufriedenheit, Stress und mentalen Verstimmungen.

>> Zum Produkt

Pomelo

Die Pomelo ist das Schlankheitsgeheimnis in Vietnam. Sie reinigt die Dünndarmzotten und Dickdarmeinstülpungen von Schadstoffen. Dadurch können sich die Darmzotten wieder frei bewegen.
Pomelo verbessert die Verdauung und entschlackt.
Außerdem ist Pomelo eine Eisenquelle und besonders für Frauen während der Periode geeignet.

>> Zum Produkt

Orange

Orange ist gut für die Schönheit der Haut und wirkt auf die Leber. Leber und Haut hängen eng zusammen.
Das Strahlen der Haut kommt durch die fermentierte Orange von innen.
Orange unterstützt außerdem den Aufbau des Darmmikrobioms.

>> Zum Produkt

Urwald-Feige

Die Urwald-Feige hilft bei Schlafproblemen und beruhigt. Sie hilft bei der Blutbildung sowie bei Hämorrhoiden und Durchfall.

>> Zum Produkt

Urwald-Pfeffer

Die Einheimischen sagen umgangssprachlich: „Urwald-Pfeffer nimmt Fett vom Herzen“. Er unterstützt die viszerale Fettverbrennung.
Die Dosierung beträgt 5-10 Körnchen oder bis zu ein Körnchen je Kilogramm Körpergewicht.

>> Zum Produkt

Leber Vitalis

Leber Vitalis enthält Artischocke, Phyllanthus amarus, Reishi-Pilz, Ginseng und Curcuma.
Phyllanthus amarus ist der sogenannte „Steinbrecher“. Er macht Gallensteine, Nierensteine und Blasensteine weich und unterstützt ihre Ausscheidung.
Leber Vitalis unterstützt alle inneren Organe, insbesondere auch das Pankreas. Es hilft beim Zuckerhaushalt und stärkt Niere, Galle und Blase.
Ginseng und Kurkuma regen die Zellerneuerung an. Kurkuma hilft gegen innere beziehungsweise „leise“ Entzündungen.
Leber Vitalis hilft außerdem bei Parasiten und Amöben im Darm.
Es kann auch bei Parasiten bei Tieren wie Pferden und Hunden angewendet werden.

>> Zum Produkt

Breit- und Spitz-Wegerich & Giersch-Sirup

Wegerich hilft bei Entzündungen und Schwellungen.
Giersch, auch Gichtkraut genannt, hilft bei Gicht und Schmerzen.
Der Sirup hilft gegen Übersäuerung, Ablagerungen in den Gelenken und bei Husten.

>> Zum Produkt

Maiwipferlsirup

Maiwipferlsirup hilft bei Halskratzen und Erkältung. Ein Teelöffel reicht.

>> Zum Produkt

Sturmfrei

Sturmfrei enthält Mariendistel, Artischocke, Reishi-Pilze, Ginseng und Kurkuma.
Es regt den Stoffwechsel an und bereichert den Körper mit Mineralstoffen. Sturmfrei hilft gegen den Kater am frühen Morgen.
Es ist gut für Leber, Niere, Pankreas, Milz, Blase und Harnwege und regt außerdem die Fettverbrennung an.
Darüber hinaus stärkt es das Immunsystem.

>> Zum Produkt

➡️**HIER GELANGST DU DIREKT ZUM SHOP :**

🎁 Mit dem Rabattcode GLUCKSKNIRPSE bekommt ihr 10 % Rabatt auf Eure Bestellung.

