



KRAUT + MINERAL
DER KUSS DER NATUR®

Goldenes Haar-Elixir

2/3 des Mixbechers mit Brennnesselblätter füllen!

Weiter Zutaten:

- 2-3 Esslöffel Mikromineralien Ur-Essenz
- 1 Esslöffel Mandelmus
- 1 Esslöffel Sesamus (Tahin)
- 1 Esslöffel Schwarze Melasse
- 1 Esslöffel Gelatinepulver
- 1 Esslöffel Soja-Lezithin
- 1 frisches Eigelb
- 2-6 Medjool Datteln (oder mehr, je nach Geschmack)

Mixbecher mit Wasser füllen. Alle Zutaten ganz fein pürieren!

Fazit:

Brennnesseln enthalten viel Zink, ein Mineral, das auch die Nägel brauchen, und gut ist für den Aufbau der Haare.

Mandel- und Sesammus enthalten Vitamin E sowie verschiedene Fettsäuren wie Omega 3. Schwarze Melasse enthält verschiedene Mineralstoffe wie Kalzium, Phosphor, Eisen, Magnesium und Kalium sowie den Vitamin B-Komplex. Davon profitiert auch das Fell von Hunden und Katzen. Gelatine liefert Chondroitin- und Glucosaminsulfat, wichtige Bausteine für die Knochen, Haut, Bindegewebe und Haare. Lezithin ist wichtig für den Aufbau der Haare und das rohe Eigelb liefert Vitamin B12 und wurde schon in alten Büchern für die Haare empfohlen.

Die organisch gelösten Mikromineralien und Spurenelemente neutralisieren Säuren, die Grund sein können für einen Haarausfall.

Die wirkungsvollsten Komponenten des Drinks sind die Wildkräuter und die Mikromineralien Ur-Essenz. Wenn Sie nicht alle anderen Zutaten sofort zur Hand haben, so mixen Sie den Drink trotzdem. Eine positive Wirkung ist Ihnen auf jeden Fall auch mit reduzierten Zutaten sicher.