



KRAUT + MINERAL
DER KUSS DER NATUR®

Winterliches Frühstück

2/3 des Mixbechers mit Brombeerblätter füllen!

Weiter Zutaten:

- 2-3 Esslöffel Mikromineralien Ur-Essenz
- 1 Esslöffel Mandelmus
- 1 Esslöffel Sesammus
- 1 Esslöffel Schwarze Melasse
- 1 Esslöffel Weizenkeime
- 1 Esslöffel eingeweichte, gesprossene Belugalinsen
- 1 frisches Eigelb
- 1-3 Medjool Datteln (je nach Geschmack)

Mixbecher mit Wasser füllen. Alle Zutaten ganz fein pürieren!

Fazit:

In der Natur lassen sich im Winter unter dem Schnee nur Brombeerblätter finden. Sie lassen sich auch ersetzen durch frischen Federkohl oder frisch geschnittenem Nüsslisalat.

Durch Millionen von Jahren haben die Wildkräuter die Menschen begleitet. Sie waren eine wichtige Nahrungsquelle zum Überleben. Wird dem Cocktail die Mikromineralien Ur-Essenz zugefügt, können merialische Chelat-Komplexe entstehen, die für eine Verbesserte Aufnahme der Nährstoffe und Mineralien im Darm sorgen.

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.