verdauungsvorbereiter.*at*

energetische ernährung, naturheilkundliche ernährung
traditonelle chinesische medizin tcm

lebensmittelproduktion, -handel, beratung
a 1160 wien schellhammergasse 11/26
tel. ++43 (0)676 / 630 52 11

wer soll das essen?

prinzipiell	. *jeder*
säuglinge	. *als erstnahrung* . *zum zufüttern* . *in verbindung mit gemüse*
schwangere	. *als aufbaukost* . *stillende* . *bei schwangerschaftsübelkeit*
menschen *mit*	. *zöliakie* . *fructose-, laktoseintoleranz* . *histaminunverträglichkeit* . *chronische darmprobleme* . *hautproblemen wie akne* . *gewichtsproblemen*
schwerkranke	. *wie z.b. krebspatienten*

fundamente

sind mischungen aus sorgfältig verarbeiteten bio getreidesorten und werden mit wasser gekocht.

kraftnahrung *- milz qi mangel >nässe >qi stau*

stärkt die energie, baut substanz auf und verhindert, dass aus unvollständig verdauter nahrung, abfallnässe und schlacken (abfall yin) entstehen.
kochzeit 15 minuten

zolinam

y/s/i/b

bio zutaten:
süßreis, hirse, kuzu, kardamom, orangenschale

ein "fermatives lebensmittel" mit dem primärem ziel das erdelement zu erreichen und zu stärken, um auch bei nahrungsmittelunverträglichkeiten, sowie schwacher verdauungskraft zu wirken. daher ist zolinam besonders als grundlage für babynahrung (brei, trinkkost) geeignet.

namnam

y/s/i/b

bio zutaten:
kamut, buchweizen, orangenschale, süßreis, hirse, kuzu, sesam, gerste, hafer, kardamom, adzukibohne

die fortsetzung von zolinam und ist ein "fermatives breitspektrumslebensmittel". durch die zusammensetzung werden alle 5 elemente im körper energetisch berücksichtig.

fastenspeise - *milz qi mangel >nässe >qi stau >sek. f.hitze*

mit dem ziel den körper zu reinigen, schlacken und feuchte hitze auszuleiten, übergewicht zu reduzieren, haut und darm zu sanieren und den geist zu klären.
kochzeit 30 minuten

entschlackungsnam

f

bio zutaten:
gerste, süßreis, rundreis, adzukibohnen, algen

zubereitung:
1 lt wasser
100 gr entschlackungsnam
1 el suppengrün (fenchel, karotten)
1tl henam (kümmel, majoran, fenchel)
1 tl jingnam

ausleitendes verfahren als morgengericht zum frühstück. ausschließlich als fastenkur über 3, 6 oder 9 tage. trinken sie während der kur nur heißes wasser.

nicht für!
kinder
schwangere
ausgezehrte menschen mit burn out
immungeschwächte menschen, zb. bei verkühlung

um eine gezielte, effizient-therapeutische wirkung mit unserem sortiment zu erreichen, ist es ratsam, einen energetsichen ernährungsberater zu konsultieren.
rufen sie mich an!

kombinieren sie fundament und bausteine!

bausteine

butterschmalz

y/s/b/i

baut substanz auf
nährt
für innen und aussen

suppengrün

f/i/b

substanz
nährendes
würzmittel

walnussnam

s/i/b

nährt die substanz
verbindet lunge
und nieren

henam

s/f/i/b

entspannt
leber und herz

jingnam

i/b

nährt die substanz
befeuchtet

solenam

s/i/b

bringt die botschaft
ins wasserelement
rundet die speise ab

sirup der mitte

f/i/b

verdauungsfördernd
harmonisierend
saft für die familie

birnenam

y/i/b

stärkt und
befeuchtet die
lunge
schleim lösend

schokonam

b

energie und
säftespender
für erwachsene

y - babynahrung **s** - schlaffördernd **f** - fastenspeise **i** - immunschwäche **b** - burnout