

Knoblauch – Zitronen – Kur



30 geschälte, geschnittene Knoblauch-Zehen (sind ca. 3 mittelgroße Knollen) sowie 5 reife Bio-Zitronen, die mit warmem Wasser sehr gut gebürstet und dann samt Schale und Kernen klein geschnitten werden.

Alles portionsweise im Mixer pürieren und mit 1 Liter gutem Wasser aufsetzen. Die dicke Flüssigkeit langsam zum Kochen bringen (nur einmal kurz aufwallen lassen). Das Ganze abseihen bzw. durchpassieren und heiß in 1 oder 2 Glasflaschen füllen. Verschließen und kühl aufbewahren.

Empfehlung von I.Hermeth und Familie Breidenbach (Schwiegereltern von Kurt Tepperwein)

den abgekühlten Trester -die Kerne der Zitronen noch entfernen- kann man in ein Schraubglas füllen und mit Olivenöl begießen, bis er gut bedeckt ist; er lässt sich dann -kühl aufbewahrt- wochenlang tee-löffelweise wunderbar zum Verfeinern oder Anbraten

von Gemüse benutzen)

Dosierung:

Man trinkt täglich 20 – 30ml (Schnapsgläschen) schluckweise, nach Belieben vor oder nach der Hauptmahlzeit. Dies praktiziert man 3 Wochen lang, macht dann 7 Tage Pause und beginnt zum 2. Mal.

Bei Bedarf kann man die Kur auch 2-3 x im Jahr wiederholen. Diese preiswerte, völlig unschädliche und sehr gut verträgliche Kur ist außerdem unabhängig vom Alter.

Es stellen sich eindrucksvolle Erfolge ein:

- Verkalkungen, deren Nebenwirkungen und Begleiterscheinungen (z.B. Bluthochdruck oder Sehschwäche) gehen zurück und beginnen sich aufzulösen.
- Verengte oder verkalkte Adern und Gefäße sowie das Gewebe werden gereinigt (besonders geeignet für Herzkranzgefäße und Gehirn).
- Blutfette reduzieren sich, Hören und Sehen verbessern sich.
- Nach 3 Wochen bemerkt man u.a. eine jugendliche, wohlige Regeneration des ganzen Körpers. (eine Frau konnte durch diese Kur von einer bereits geplanten Herzoperation Abstand nehmen)
- Erfolge gibt es auch im Kieferbereich z.B. bei Parodontose; außerdem ist die Kur ein patienter „Frühjahrs-Putzer“ und „Immunkräfte-Stärker“ (ebenso für den Herbst)

Bemerkenswert!!

Vom Knoblauch ist durch die Erhitzung für Außenstehende kein Geruch wahrnehmbar!! Jeder, der täglich mit vielen Menschen zu tun hat, kann sie bedenkenlos anwenden.

Zusatzempfehlung:

während der Kur ist es angeraten, die gelösten Schlacken auszuschwemmen, d.h. es empfiehlt sich:

1. täglich zusätzlich viel gutes Wasser zu trinken, so viel Sie können.
2. Alle 2 bis 3 Tage ein basisches Fußbad zu machen (1 EL „Meine Base“ von Jentschura)
3. Dauer ca. 1/2 Stunde (beim Fernsehen oder Lesen)
4. 1-2 mal wöchentlich ein Basen-Vollbad zu genießen (3 EL „Meine Base“ von Jentschura)
5. Dauer ca. 1-2 Stunden (je länger, je besser)