

SPIRULINA ~ VON SPIRULIX

100% SPIRULINA - ALGEN

100% MADE IN AUSTRIA

100% NÄHRSTOFFE

* Spirulina, auch Blaualge genannt, wird bevorzugt in Pulverform oder als Flakes angeboten. Ebenso sind Algen-Cracker (Bangkok spicy, Classic und Provence) sowie köstliche Spirulina-Zotter-Schokolade mit vitalstoffreichem Sesam bei mir erhältlich)

* Die Alge bringt reichlich Vitamine und Mineralstoffe, denn sie ist der perfekte Weg, um deine Nährstoffaufnahme in die Höhe zu treiben!

* Sie **hemmt die Entwicklung von Viren und Bakterien in der Leber**, dadurch wird sie kräftig und stark!!

* Spirulina **löst Gifte und Schlacken** aus tiefen Gewebeschichten und **aus all deinen Organen**

* Sie **stärkt das Immunsystem der Leber** und hilft ihr bei ihren 2000 Funktionen

* Sie ist überaus nützlich für den Wiederaufbau des **Zentralnervensystems**

* Ebenso **baut die Alge giftige Metalle und Schwermetalle ab**, wie Kupfer (in seiner schädlichsten Form) und das Quecksilber in der Leber, im Fortpflanzungssystem, im Verdauungstrakt, in der Schilddrüse und im Gehirn.

* Die Mikronährstoffe dienen dem **Wiederaufbau der Schilddrüse**, damit gesundes Drüsengewebe entstehen kann und sie wieder aufleben lässt

* Das enthaltene **antiseptische Jod** mindert die virale Last (u.a. die Ebstein Barr Viren, die wir fast alle in uns tragen!!!)

* Spirulina **bremst das Wachstum von Knoten, Zysten** sowie von gut- und bösartigen **Tumoren**

* Sehr wichtig ist es für die **Eiweißverwertung** (unverdautes Eiweiß verklebt oft jahrzehntelang krustenartig unseren Darm)

* Spirulina ist unglaublich wichtig **für die Glukosespeicherung in der Leber** (sie lebt davon, liebt und benötigt Glukose im 2 Stunden Takt!!)

* Reich an pflanzlichen Proteinen (bis zu 70%) und somit gesunden Fetten

* **Besser als jedes Proteinpulver** (was in Wirklichkeit nur die Leber belastet)

* Enthält Vitamin B12, Vitamin A, Beta-Carotine, Eisen, Phenolsäuren, Tocopherole und Linolensäure

* Also alle **Eisenmangel**-Patienten: ran an das blau-grüne Wunder Spirulina!!

* Unterstützt ein **gesundes Herz-Kreislauf-System** und senkt in Studien das **LDL-Cholesterin**

* Spirulina ist sehr leicht verdaulich, was bedeutet, dass seine **Nährstoffe bioverfügbarer** sind. Wenn du dein Immunsystem gesund halten möchtest, ist Spirulina die perfekte Ergänzung für deine Smoothies, gemischt mit Säften, Wasser, Kokoswasser oder bestreue damit deine Lieblingsfrüchte, deinen Salat, deine Suppe, dein Brot... - Kreativität ist hier sehr gefragt...

~ PANTA REIH ~ ALLES FLIESST ~

DER GRIECHISCHE PHILOSOPH HERAKLIT VERGLEICHT DAS „SEIN“ MIT EINEM FLUSS

Heavy Metal Detox Smoothie

Der Heavy Metal Detox Smoothie ist eine von Anthony William speziell zusammengestellte Mischung aus Zutaten für einen Smoothie, welcher speziell Schwermetalle aus deinem Körper binden und ausleiten soll. Ich nehme ihn seit 20 Monaten eigentlich täglich zu mir.

Zutaten:

- 2 Bananen
- 2 Tassen wilde Heidelbeeren
- 1 Tasse frischer Koriander
- 1 Tasse Orangensaft
- 1 Teelöffel Gerstengrassaftpulver
- 1 Teelöffel Spirulina
- 1 kleine Handvoll Dulse aus dem Atlantik (Alge)
- Optional: Wasser zum Mixen

Zubereitung:

Mixe alle Zutaten in einem Hochleistungsmixer bis sie glatt und geschmeidig sind. Falls du eine flüssigere Konsistenz bevorzugst, füge bis zu einer Tasse Wasser hinzu... ich verwende meist Kokoswasser (da es unglaublich hydrierend ist und alle Zutaten aufwertet!!) Ebenso packe ich all meine Nahrungsergänzungen wie Ester-C, L-Lysin, Magnesium, ...mit hinein

Die Zutaten des Heavy Metal Detox Smoothie:

- **Gerstengrassaftpulver** zieht Schwermetalle aus Milz, Darm, Bauchspeicheldrüse und dem Fortpflanzungssystem. Es bereitet das Quecksilber für die komplette Aufnahme durch Spirulina vor.
- **Spirulina** zieht Schwermetalle aus Gehirn, Zentralnervensystem und Leber und absorbiert darüber hinaus Metalle, die durch den Gerstensaft extrahiert wurden.
- **Korianderkraut:** Hiermit erreicht man schwer zugängliche Stellen und kann sehr alte Schwermetallablagerungen extrahieren.
- **Wilde Heidelbeeren:** Diese ziehen Schwermetalle aus dem Gehirn; füllen Lücken auf, die durch die Schwermetallausleitung entstanden sind, was besonders in den Geweben wichtig ist. Wilde Blaubeeren sind das beste Nahrungsmittel, um Alzheimer entgegenzuwirken.
- **Lappentang (Dulse)** aus dem Atlantik: Sie bindet Quecksilber, Blei, Aluminium, Kupfer, Cadmium und Nickel und überwindet die Blut-Hirn-Schranke. Anders als andere Algen kann Lappentang Quecksilber im Alleingang entfernen. Er gelangt in die Tiefen und an die versteckten Plätze, wo er an Quecksilber bindet und es nicht mehr freigibt, bis es den Körper verlässt. Wichtig: 2 Gramm Dulse (1 gehäufte Esslöffel) enthält ca. 160 Mikrogramm Jod. Wer unter einer Jodmangelkrankung leidet sollte max. 200 Mikrogramm Jod täglich aufnehmen – also einen gut gehäuften Esslöffel. Für alle mit gesunder Schilddrüse liegt der empfohlene Wert bei max. 500 Mikrogramm Jod, der durch zwei Esslöffel nicht überschritten wird.

Alle Zutaten (außer frischem Koriander – hier gibt's eine Tinktur) können bei mir in der Werkstatt gekauft, bzw. teilweise vorbestellt werden, ebenso die Wilden Heidelbeeren – tiefgekühlt!!

Es ist laut Anthony Williams nicht erforderlich, dass alle Zutaten gleichzeitig gegessen werden. Die Zutaten können auch über den Tag verteilt separat eingenommen werden. Dazu empfiehlt sich auf jeden Fall die **Bücher von Anthony William** zu lesen. In diesen erklärt er auch ganz genau, warum dieser Smoothie so heilsam ist. Bei allem sei gesagt, langsam mit kleinen Mengen beginnen – ich gebe dir gerne Infos darüber!!