

Ulrike Förster

Die Natur als Apotheke

Weizengras

Der Reichtum an Vitalstoffen

www.dienaturalsapotheke.de

Vorwort

In der Familie in der ich aufwuchs, hatten Gartenkräuter, Wildkräuter und vieles was die Natur anbot einen hohen Stellenwert.

Wir streiften durch Wälder und Wiesen und der Nutzgarten meiner Mutter konnte sich sehen lassen!

In den vielen Jahren, auf die ich zurückblicken kann, durfte ich allerhand Heilerfolge durch die „Apotheke der Natur“ miterleben und so begleitet mich dieses sehr interessante weite Feld schon geraume Zeit.

Daraus wuchs eine große Freude, derartige Erfahrungen und gesammeltes Wissen an Interessierte weiterzugeben.

Möge es viele Menschen inspirieren!



Ulrike Förster

Hinweis:



Alle QR-Codes sind interaktiv!

Einfach mit der Maus oder
mit dem Finger anklicken!



Wann, wenn nicht jetzt!

Die kalte Jahreszeit steht vor der Türe und die Fülle der frischen Produkte aus Feld und Garten stehen uns bald nur noch sehr eingeschränkt zur Verfügung.

Die perfekte Zeit also, um an das wertvolle Weizengras zu erinnern, welches uns gerade jetzt ganz besonders unterstützen kann.

Es liefert uns ein breites Spektrum an energiereicher Basisversorgung. Auch das darin gespeicherte **Sonnenlicht**, welches die Informationen durch Photonen überträgt, ist enorm hilfreich.

Bereits seit Jahrhunderten wird Weizengras von vielen Kulturen als Heil- und Nahrungsmittel genutzt.

Weizengras enthält:

- Chlorophyll.
- Alle essentiellen Aminosäuren.
- Die Mineralstoffe: Kalium, Calcium und Magnesium.
- Die Spurenelemente: Eisen, Mangan, Kupfer, Zink und Selen.
- Vitamine A, B1, B2, B3, B6, B12 und B17 sowie Vitamin C, D3, E und K.
- Lutein.
- Folsäure.
- Carotine.



Gut zu wissen!

Da das Weizengras in einem jungen Stadium geerntet wird, enthält es die volle Vitalität der späteren Pflanze, nicht aber ihre Nachteile!

Der üblicherweise für Mehl eingesetzte Weichweizen ist stark glutenhaltig und daher auch eines der stärksten Allergene die es überhaupt gibt.

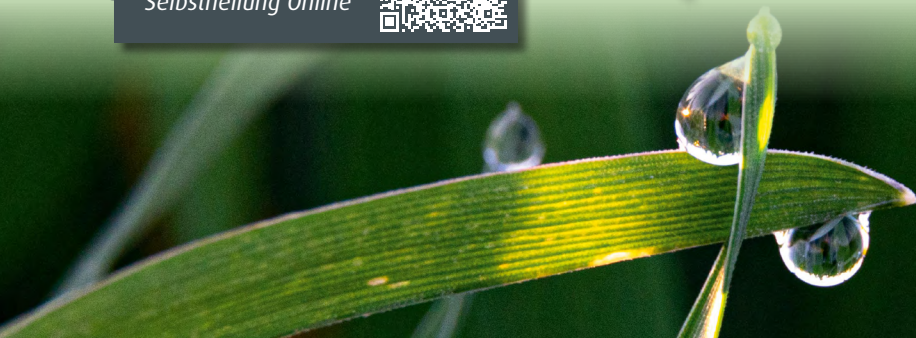
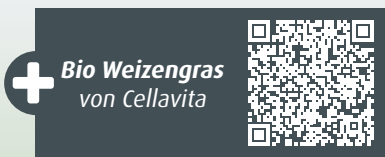
Dazu ist Gluten für Menschen äußerst schwer verdaulich.

Das Gluten, auch Klebereiweiß genannt, ist wie ein Klebstoff, welcher das Gebäck zusammenhält.

Dies erspart dem Bäcker (oder den Backstraßen!) viel Zeit, denn das lange Kneten wird dadurch unnötig.

60% - 80% der Bevölkerung leiden unter Gluten-Unverträglichkeit. Doch auch hier können wir (ALLE) vielseitig ausweichen! Verwenden wir zum Beispiel Reis, Hafer, Hirse oder auch Urdinkel, so besteht dieses Problem nicht.











**Und wenn es das Wertvollste vom Weizen sein soll,
dann in bester Bio-Qualität in Form von Weizengras!**







Weizengras vielseitig einsetzbar!

Auch Mediziner empfehlen eine Tagesdosis von 10 Gramm am Tag, idealerweise mit oder um eine Mahlzeit herum.

Diese Wirkungsweisen auf Deinen Körper könnten Dich überzeugen:

-  Wird traditionell zur Entschlackung eingesetzt, hilft beim Abnehmen.
-  Der Anteil 70 % Chlorophyll ist hoch und reinigt Deinen Körper.
-  Chlorophyll ist außerordentlich hilfreich bei der Blutbildung, es unterstützt die Entgiftung von krebserregenden Substanzen z.B. Schimmelpilze und Schwermetalle.
-  B Vitamine steigern Deine Leistungsfähigkeit.
-  Vitamin E kann durch seine antioxidativen Wirkstoffe vor einigen Wohlstandskrankheiten schützen.
-  Vitamin D3 schützt dein Immunsystem, wirkt entzündungshemmend und stärkt die Psyche.
-  Lutein stärkt die Augen!
Es wird gesagt, dass Lutein die Gefahr einer Makula-Degeneration reduzieren kann und davon auch das schädliche blaue Licht von Bildschirm und Handy absorbiert wird.
-  Verbessert die Verdauung und kann chronische Darmerkrankungen lindern.
-  Verbessert den Basenhaushalt.
-  Verbessert den Schlaf.









 **Weizengras
Wirkstoff**
Selbstheilung Online 

 **Krebspatient heilte
sich selbst mit
Weizengrassaft**
Selbstheilung Online 





Und für die Freunde der Zahlen

Inhaltsstoffe aus einem Bericht von Dr. C. F. Schnabel
an die American Chemical Society:







Nährstoff Milligramm pro amerikanisches Pfund (453,59 g):

-  Chlorophyll, 5000 mg
-  Cholin, 4000 mg
-  Vitamin C (Ascorbinsäure), 2000 mg
-  Vitamin A (Karotin), 360 mg
-  Vitamin E, 120 mg
-  Vitamin F, 120 mg
-  Vitamin K, 120 mg
-  Niacin, 120 mg

B-Vitamine:

-  Vitamin B2 (Riboflavin), 24 mg
-  Vitamin B1 (Thiamin), 12 mg
-  Pantothensäure, 8 mg
-  Vitamin B6, 4 mg

100 g Weizengras enthält:

-  60 x mehr Vitamin C als Orangen.
-  50 x mehr Vitamin E als Spinat.
-  30 x mehr Vitamin B1 als Kuhmilch.
-  11 x mehr Calcium als Rohmilch.
-  5 x mehr Eisen als Spinat.
-  5 x mehr Magnesium als Bananen.

**Zudem enthalten sind noch weitere Mineralien und Nährstoffe
in signifikanten Mengen wie Selen, Zink, Eisen und Magnesium.**

Hinweis:











Weizengras enthält um ein
Vielfaches mehr Vitamin C
als Orangen!

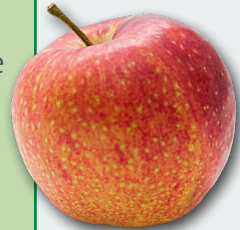


Weizengras-Smoothie, Rezept für zwei Portionen

Köstliches Superfood als Frischekur für deine Zellen!



-  1 reife Banane
-  1 kleiner Apfel
-  1 Kiwi
-  1 Schuss frischer Zitronensaft
-  ca. 100 ml frisch gepresster Mandarinsaft oder ähnliches
-  1 gehäufte EL zart geröstete Sonnenblumenkerne
-  1 EL Weizengraspulver
-  1 TL Acerola- oder Hagebuttenpulver



Mein absolutes I-Tüpfelchen ist ein kräftiger Schuss meines Lieblings-Leinöles ORANGE von Cellavita.

Je nach gewünschter Konsistenz etwas Wasser dazu. Das kleingeschnittene Obst und alle weiteren Zutaten mit dem Stabmixer ordentlich pürieren, servieren und genießen!



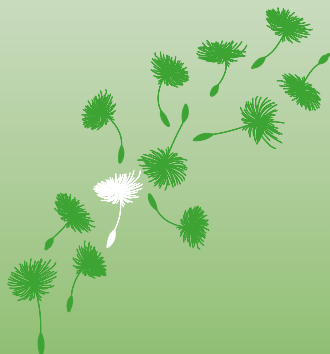
Seid schön kreativ und bereitet es mit dem Obst eurer Wahl zu!

Ihr werdet begeistert sein!!!





*Die Natur
als Apotheke*
Homepage



Impressum:

Ulrike Förster

Gesundheits- und Ernährungsberaterin

Talpromenade 15a

90765 Fürth

info@dienaturalsapotheke.de

www.dienaturalsapotheke.de