

Nierenkur komplett

Bestandteile

- 1 Nierenkräuter
- 1 Schwarzkirschenkonzentrat
- 1 Goldrütentinktur
- 1 Ingwer Kapseln
- 1 Bärentrauben Kapseln
- 1 Vitamin B6 Kapseln
- 1 Magnesiumoxid Kapseln
- Vier Bündel frische Petersilie (vom Supermarkt)



Einnahmetabelle

	Ingwer	Bärentrauben	Vitamin B6	Magnesiumoxid
Morgen	1 Kapsel	1 Kapsel	1 Kapsel	-
Mittag	1 Kapsel	-	-	-
Abend	1 Kapsel	2 Kapseln	-	1 Kapsel

Vorbereitung Kräutertee

Messen Sie die Hälfte der Nierenkräuter ab und weichen Sie sie in 2,5 Liter kaltem Wasser ein. Verwenden Sie wenn möglich einen metallfreien Topf und einen metallfreien Deckel (ein porzellan-, keramik- oder emaillebeschichteter Topf eignet sich gut). Nach vier Stunden (oder über Nacht), kochen Sie dies auf und lassen es während 20 Minuten auf kleinem Feuer weiterkochen. Geben Sie die Hälfte des Schwarzkirschenkonzentrats hinzu und kochen Sie es nochmals auf. Geben Sie es durch ein Bambus- oder Plastik-Sieb (kein Metall) in einen Glaskrug. Frieren Sie eine Hälfte ein und stellen Sie die andere Hälfte in den Kühlschrank. Diese Menge reicht für eine ganze Woche.

Kaufen Sie vier Bündel frische Petersilie im Lebensmittelgeschäft. Waschen Sie sie gut und decken Sie sie mit 2 Liter Wasser zu. Kochen Sie sie für drei Minuten auf. Füllen Sie das Petersilienwasser in einen Glasbehälter und werfen Sie die Petersilie weg.

Giessen Sie jeden Morgen 180ml vom Kräutertee und 120ml Petersilienwasser in eine grosse Tasse, geben Sie 20 Tropfen Goldrütentinktur hinzu und Gewürze wie Muskatnuss, Zimt, etc. nach Belieben. Trinken Sie diese Mixtur auf den Tag verteilt, sonst könnten Sie Magenschmerzen und Druck auf der Blase bekommen. Wenn Ihr Magen sehr empfindlich ist, beginnen Sie mit der halben Dosis. Die ganze Reinigung dauert etwa vier Wochen.