

Knoblauch-Zitronenkur / Lebenselixier

Der Knoblauch und Zitrone sind beide Heilmittel und Gewürz. Ihre antibakterielle, antimykotische, lipidsenkende, thrombolytische, aber auch die fibrinolytische Wirkungen sind schon seit mehreren tausend Jahren bekannt.

Bei diesem "Lebens-Elixier" handelt es sich um ein Rezept, bei dem sich die Heilkräfte des Knoblauchs voll entfalten können, aber der unangenehme Nebeneffekt der Geruchsbelästigung dank der Kombination mit Zitrone weitgehend ausbleibt.

Man nehme drei BIO-Knoblauchknollen und schneide die etwa 30 kleinen Zehen (geschält) durch. Kurz in heißes Wasser gelegt, schälen sich die Zehen völlig mühelos, wie von selbst!

Hinzu kommen noch drei geschälte, unbehandelte (dünnchalige) BIO-Zitronen, die ebenfalls in kleine Streifen geschnitten werden.

Jetzt kommt alles durch den Fleischwolf und wird ordentlich zerkleinert. Danach geben wir noch 1 Liter Wasser hinzu.

Wer keinen Fleischwolf hat, kann auch einen Mixer nehmen. Dabei macht es Sinn, das Wasser schon vorher beim Mixen zuzugeben.

Jetzt bringen wir das Ganze langsam zum Kochen. Achtung: Nur 1x kurz aufwallen lassen!

Nach dem Erkalten wird abgeseiht und der so erhaltene Saft in eine Flasche gefüllt.

Von diesem "Lebens-Elixier" wird jeden Tag ein Likörglas (ca. 20 ml) getrunken - 2 Stunden vor oder nach der Hauptmahlzeit.

Institut Lichterbogen

Eine Flasche nach obigem Rezept reicht für ca. 1 Woche, d.h., es wird empfohlen, gleich die dreifache Menge vorzubereiten und im Kühlschrank zu lagern!

Eine kurgemäße Anwendung verläuft folgendermaßen:

3 Wochen Einnahme
8 Tage Pause
3 Wochen Einnahme
8 Tage Pause
3 Wochen Einnahme

Verkalkungen und Übersäuerungen gehen zurück, Augen und Ohren erhalten mehr Leistungsfähigkeit zurück.

Diese günstige, preiswerte, nebenwirkungsfreie und heilwirksame Kur sollte man ein- bis zweimal jährlich wiederholen.

Schon nach drei Wochen täglichen Genusses ist eine jugendlich-wohlige Regeneration des ganzen Körpers zu verspüren. Verkalkungen und deren Nebenerscheinungen, z. B. beim Sehen und Hören, gehen zurück und/oder beginnen ganz zu verschwinden.

Das Gehirn kommt wieder in Schwung. Man kann auch nachts wieder besser schlafen, bzw. durchschlafen. Selbst Ohrgeräusche (Ohrensausen, Tinnitus aureum) lassen nach, bzw. verschwinden.