

Knoblauch – Zitronen – Kur

für alle Freunde und Bekannte



Man nehme:

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:

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 teelöffelweise 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 patenter „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)
Dauer ca. $\frac{1}{2}$ Stunde (beim Fernsehen oder Lesen)
3. 1-2 mal wöchentlich ein Basen-Vollbad zu genießen (3 EL „Meine Base“ von Jentschura)
Dauer ca. 1-2 Stunden (je länger, je besser)

Diese Rezeptur stammt von der Uni-Klinik in Erlangen und ist vom 30.6.1998.

Sie wird von zahlreichen, erfolgreichen Anwendern ebenso empfohlen, wie auch von:

Familie Breidenbach (Schwiegereltern von Kurt Tepperwein) und Irene Hermeth, die sie regelmäßig durchführen.

Dann gute Gesundheit!!

Ihre

Irene Hermeth