

IHLB



INSTITUTE FOR HEALTH AND LIFE BALANCE

Wirksame Parasiten-Suppe

Entdecken Sie die erstaunlichen Vorteile dieser kraftvollen Kombination! Diese Zutaten werden in verschiedenen Kulturen traditionell zur Behandlung von Parasiteninfektionen und zur Unterstützung der Darmgesundheit eingesetzt.

Vorteile der Zutaten:

Knoblauch: Knoblauch ist für seine antiparasitären Eigenschaften bekannt und kann dank seiner Schwefelverbindungen, wie z. B. Allicin, Parasiten wie Giardia lamblia und Spulwürmer bekämpfen.

Zwiebel: Enthält Schwefelverbindungen, die gegen Parasiten wirksam sind, und besitzt antimikrobielle Eigenschaften, die die körpereigenen Abwehrkräfte stärken.

Kohl: Kohl ist zwar nicht so wirksam wie Knoblauch oder Zwiebeln, unterstützt aber die Entgiftung und die allgemeine Verdauungsgesundheit und schafft so ein für Parasiten weniger günstiges Darmmilieu.

Rezept:

Zutaten:

1 Kopf Weißkohl

1 Zwiebel

8–10 Knoblauchzehen

1 TL Salz

1 TL Kurkuma

½ TL schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch mit Salz, Kurkuma und schwarzem Pfeffer bei mittlerer Hitze andünsten.

Den gehackten Kohl und 4,5 Tassen heißes Wasser hinzufügen.

45 Minuten köcheln lassen.

Diese Suppe reicht für 4 Abende zum Abendessen. Sie ist auch wirksam gegen *Helicobacter pylori*.

Für beste Ergebnisse alle 2 Tage frisch zubereiten!

Referenzen: Diese Zutaten werden traditionell in verschiedenen Kulturen zur Behandlung von Parasiteninfektionen und zur Unterstützung der Darmgesundheit eingesetzt (Cilantro News) (The Ayurveda Centre).