ANCIENT HEALING WISDOM

Ricette Estratti

POTERE DELLA PECTINA

INGREDIENTI	QUANTITA'
Mela	6 mele
Menta	1 manciata di menta
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELE Tutto il corpo, specialmente polmi, cuore e intestino.
Protegge le articolazioni.
MENTA Cervello, digestione
ACQUA DI COCCO idratante, pulisce sangue e reni

ARANCIA & CURCUMA

INGREDIENTI	QUANTITTA'
Arancia	8 arance
Curcuma	1 pollice di curcuma fresca
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

ARANCE ghiandole mammarie, riduce infiammazione, riduce tumori, riduce ostruzioni nel sangue, artrite, cancro (specialmente alla pelle), abbassa il colesterolo

CURCUMA fegato, riduce placche e infiammazione

MAGIA D'ANGURIA

INGREDIENTI	QUANTITA'
Anguria	¼ di anguria
Menta	1 manciata di menta

HEALTH BENEFITS

ANGURIA controlla la pressione sanguigna, promuove perdita di peso, ritenzione idrica, cervello, aiuta a prevenire ictus, **protegge la prostata**

MENTA Cervello, digestione

INIZIO FRESCO

INGREDIENTI	QUANTITA'
Mela	3 carote
Sedano	4 mele
Carota	1 mazzetto di sedano
	½ bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELE: tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore e intestino. protegge le articolazioni CAROTE occhi, funzioni del fegato, alcalinizzatore, orecchie, acne, reumatismi, SEDANO ossa, colesterolo, regola pressione sanguigna, diuretico

ALBA

INGREDIENTI	QUANTITITA'
Carota	3 carote
Barbabietola	½ barbabietola
Arancia	3 arance
	½ bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

CAROTE occhi, funzioni del fegato, alcalinizzatore. orecchie, acne, reumatismi

BARBABIETOLE cuore, sangue, anemia, calcoli renali, vescica, ossa, pressione sanguigna

ARANCE ghiandole mammarie, riduce infiammazione,riduce tumori, inibisce la formazione di accumuli nel sangue

DOLCE E SEMPLICE

INGREDIENTI	QUANTITA'
Mela	6 mele
Sedano	1 gambo di sedano
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELE tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore e intestino. Protegge le articolazioni
SEDANO ossa, colesterolo, regola la pressione sanguigna, diuretico

IL GRINCH

INGREDIENTI	QUANTITA'
Melone Cantalupe	¼ melone
Verdure verdi a piacere	4 mele
Mela verde	½ limone
Limone	½ cetriolo
	1 manciata di bok choy

BENEFICI

CANTALUPE seno, rimuove placche
VERDURE VERDI ferro, muscoli, colon e intestino,alcalinita', sistema linfatico, detox
MELE tutto il corpo, specialmente cuore, polmoni e intestino. Protegge le articolazioni
LIMONE detox, fegato, rimuove placche, calcoli renali

BATTITO DEL CUORE

INGREDIENTI	QUANTITA'
Mela	½ barbabietola
Barbabietola	2 mele
Lime	2 carote
Carrota	½ lime
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELE tutto il corpo, soprattutto cuore, polmoni e intestino. Protegge le articolazioni
BARBABIETOLA cuore, sangue, anemia, calcoli ai reni, vescica, ossa, pressione sanguigna
LIME rimuove placche linfatiche dal seno
CAROTE occhi, funzioni del fegato, alcalinico, orecchie, acne, reumatismi

DOLCE SPEZIA

INGREDIENTI	QUANTITITA'
Mela	6 mele
Zenzero fresco	1 pollice di zenzero
	1 bicchiere di acqua di cocco

reduces inflammation, nausea, colds, chest infection.

BENEFICI

MELE tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore e intestino. Protegge le articolazioni.
ZENZERO tonico per i nervi e le articolazioni, sistema digerente

ALOHA

INGREDIENTI	QUANTITA'
Ananas	1 ananas
Menta	1 cetriolo
Cetriolo	1 manciata di menta
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

ANANAS tiroide, gola, digestione, ossa
MENTA cervello, digestione
CETRIOLO pelle, funzioni del pene, pressione sanguigna, diuretico, infezione di vescica e reni, scottature

BIETO-LOVER

INGREDIENTI	QUANTITITA'
Mela	3 mele
Barbabietola	1 barbabietola grande
Patata dolce	1 patata dolce
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

PATATA DOLCE milza, pancreas, reni
MELA tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore e intestino. Protegge le articolazioni
BARBABIETOLA cuore, pressione sanguigna, sangue, anemia,calcoli ai reni, vescica, ossa

ESSENZA D'AGRUME

INGREDIENTI	QUANTITITA'
Mela	3 mele
Carota	2 carote
Zenzero fresco	½ limone
Limone	½ pollice di zenzero
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELA tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore, intestino. Protegge le articolazioni.
CAROTA occhi, funzioni del fegato, alcalinizzante, orecchie, acne, reumatismi
ZENZERO tonico per nervi e articolazioni, sistema digerente, riduce infiammazioni, nausea, influenza, infezioni polmonari
LIMONE detox, fegato, rimuove placche, calcoli ai reni

BUON VIAGGIO

INGREDIENTI	QUANTITA'
Melone Cantalupe	½ melone
Menta	1 manciata di menta
	½ bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

CANTALUPE seno, rimuove placche
MENTA cervello, digestione

PIOGGIA D'ESTATE

INGREDIENTI	QUANTITA'
Anguria	¼ anguria
Sale (celtico o marino integrale)	1 pizzico di sale

BENEFICI

ANGURIA controlla pressione sanguigna, supporta dimagrimento, ritenzione idrica, cervello, aiuta a prevenire ictus, protegge la prostata
SALE forza vitale ed energetica. Con acqua regola la pressione sanguigna. Regola la quantita' d'acqua nel corpo

CABALA

INGREDIENTI
Carota
Mela
Barbabietola
Limone
Zenzero fresco – per renderlo speziato!

QUANTITIES
2 mele verdi
2 mele rosse
3 carote
1 barbabietola
1 limone con la buccia

BENEFICI

CAROTA occhi, funzioni del fegato, alcalinizzatore, orecchie, acne, reumatismi
MELA tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore e intestino. Protegge le articolazioni.
BARBABIETOLA cuore, sangue, anemia, calcoli ai reni, vescica, ossa, pressione sanguigna
LIMONE detox, fegato, rimuove placche, calcoli ai reni

LIMONATA VERDE

INGREDIENTI	QUANTITA'
Mela	3 mele
Cetriolo	1 cetriolo
Verdure a foglia verde	1 manciata di verdure
Limone	½ limone
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELA tutto il corpo, specialmente polmoni, cuore e intestino, Protegge le articolazioni.
CETRIOLO pelle, funzioni del pene, pressione sanguigna, diuretico, infezione a vescica e reni, scottature
VERDURE A FOGLIA VERDE ferro, muscoli, colon e intestino, alcalinici, sistema linfatico, detox
LIMONE detox, fegato, rimuove placche, calcoli ai reni

SUCCOSO

INGREDIENTI	QUANTITA'
Carote	4 carote
Ananas	½ limone
Zenzero fresco	½ pollice di zenzero
Lime	1 ananas
	½ bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

CAROTA occhi, funzioni del fegato, alcalinizzante, orecchie, acne, reumatismi
ANANAS tiroide, gola, digestione, ossa
LIME rimuove placche linfatiche dal seno
ZENZERO tonico per nervi e articolazioni, sistema digerente, riduce infiammazioni, nausea, raffreddore, infezioni polmonari

TYLER'S GREEN

INGREDIENTI	QUANTITA'
Verdure a foglia verde	3 mele verdi
Mela verde	½ manciata di menta
Menta	2 manciata di bok choi
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

VERDURE A FOGLIA VERDE ferro, muscoli, colon e intestino,alcalinici, sistema linfatico, detox
MELA tuto il corpo, soprattutto cuore, polmoni e intestino. Protegge le articolazioni.
MENTA cervelo, digestione

GOODBYE METALLI PESANTI

INGREDIENTI

Ananas
Coriandolo

QUANTITA'

2 ananas
30 gr coriandolo fresco
1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

ANANAS tiroide, gola, digestione, ossa
CORIANDOLO abbassa i livelli di zucchero nel sangue, disintossica il corpo dai metalli pesanti

TRAMONTO GLORIOSO

INGREDIENTI	QUANTITA'
Mela rossa	6 mele rosse
Barbabietola	1 barbabietola
	1 bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

MELA tutto il corpo, specialmente cuore, polmoni e intestino. Protegge le articolazioni
BARBABIETOLA cuore, sangue, anemia, calcoli ai reni, vescica, ossa, pressione sanguigna

PAPAYA & LIME

INGREDIENTI	QUANTITA'
Papaya	1 papaya
Lime	2 limes

BENEFICI

PAPAYA cervice, utero, ovaie, riduce colesterolo, riduce infiammazioni, protegge contro la degenerazione maculare, enfisema, artrite reumatoide.
LIME rimuove placche linfatiche dal seno

ARANCIA & FRAGOLA

INGREDIENTI	QUANTITA'
Arancia	6 arance
Fragola	1 manciata di fragole
	½ bicchiere di acqua di cocco

BENEFICI

ARANCIA seno, cervello, previene raffreddore, protegge i reni, previene calcoli renali, abbassa il colesterolo, proteggono occhi, cuore, circolazione
FRAGOLA battito del cuore, forza muscolare, abbassa il colesterolo

SHOT DI ERBA DI GRANO

INGREDIENTS	QUANTITIES
Wheatgrass (erba di grano)	1 manciata di erba di grano

BENEFICI

ERBA DI GRANO forza vitale, rimuove placche, aiuta a ridurre i capelli grigi

SHOT DI CURCUMA

INGREDIENTI

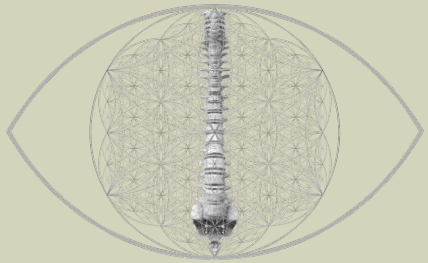
curcuma

QUANTITA'

1 manciata di curcuma fresca (radice)

BENEFICI

CURCUMA fegato, rimuove placche, riduce infiammazione, artrite, cancro (specialmente cancro alla pelle), abbassa il colesterolo



PER AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI,
CONTATTACI