

## Tees während der Reiskur

### Pai-Mu-Tan-Tee

hohe Energie, 130 heilende Wirkstoffe  
Hochwertiger Kaffee-Austausch

anregend bei Müdigkeit trinken (zwei Mokka Tassen – nicht mehr)

enthält (Coffein) Teein

Dosierung: individuell bzw. normal wie schwarzen Tee

Zubereitung: überbrühen – 5 Min. zugedeckt ziehen lassen

Kein Filter- und kein Boilerwasser verwenden

### Grüner Hartee

wohlschmeckender Entschlackungs- und Entgiftungste

(bei abnehmendem Mond trinken)

Dosierung: 1 gehäufte Esslöffel für 2 Tassen nicht zu dünn kochen

Min. weiterkochen!

### Stoffwechselltee

Der Stoffwechselltee un-

terstützt die Ausscheidung

der Nieren – und Blasen-

wege und regt auch den

Stoffwechsel der Leber an.

Wichtig ist die verdünnte

Zubereitung.

Dosierung: Eine Prise Tee

auf 1 Liter Wasser, mit hei-

ßem, abgekochtem Wasser

überbrühen, 5 Minuten

ziehen lassen, abseihen, un-

gesüßt trinken

## Reiszubereitung

Unbedingt Vollkorn Rundreis aus biologisch dynami-

ischem Anbau verwenden. Die Randschichten der Voll-

reiskörner enthalten wertvolle Mineralstoffe.

3 Esslöffel pro Portion werden im Dampftopf ange-

kocht (1 Teil Reis auf 1 1/3 Teile Wasser), dann ca. 30

bis 45 min. auf der Quellstufe weitergekocht und nach

ca. 30 min. nachgequollen, während der Topf langsam

abkühlt.

Kontrollmöglichkeit: Der Reis muss trocken, körnig

und weich sein.

Es können größere Mengen Reis für zwei bis drei Tage

vorgekocht werden!

## Die Mittel der Reiskur

**Strath Elixier** – 3 x 1 Teelöffel vor dem Essen

Kraftigungs- und Aufbaumittel mit biologischer Ganz-

heitswirkung, erzeugt aus Kräutertee und Malz. Es

regt den gesamten Organismus an, normalisiert die

Körperfunktionen, steigert generell die Leistungsfähig-

keit ohne aufzuputschen. Das Elixier ist reich an Ami-

nosäuren, enthält vor allem wertvolle B-Vitamine und

reichlich Spurenelemente und Mineralstoffe.

Normaldosierung:

3 mal täglich 1 TL vor dem Essen einnehmen.

### Bittersalz

zur Darmreinigung

täglich vor dem Frühstück 1 gestricheltes TL voll in ¼

l lauwarmen Wasser auflösen und schluckweise trinken

### Magnesiumperoxid Pulver (aus der Apotheke)

bewirkt eine Darmgesundheit und gründliche Darm-

reinigung

1 mal täglich 1 TL voll in etwas Volvic-Wasser auflösen

und zwischen den Mahlzeiten einnehmen

### Echinacea D 6 Globuli

Zur Steigerung der körperlichen Abwehrkraft

1 mal täglich 7 Globuli vor dem Essen im Mund zer-

gehen lassen.

### Schüßler Salze zur Begleitung

Bei der Reiskur können Ausscheidungsreaktionen auf-

treten, die durch die Einnahme folgender Schüßler Sal-

ze gelindert werden können.

### Kopfschmerzen:

• klopfend pochend – Ferrum phosphoricum Nr. 3

• Entgiftungskopfschmerz – Natrium sulfuricum

Nr. 10

• dumpf – Natrium chloratum Nr. 8 (mehr Tee

und Wasser trinken!)

**Mundgeruch:** Kalium phosphoricum Nr. 5

**Weißer Zungenbelag:** Kalium chloratum Nr. 4

**Luftunger:** Kalium sulfuricum Nr. 6

### Zusammenfassung:

Begleitende Schüßler Kombination: Nr. 3, 4, 5, 6, 8, 10

oder schon vorabgehend als gesamte Tagesmischung, pro

Nummer ca. 7 Stück.

Außerdem: wenn Schokohunger nervt – Magnesium

phosphoricum Nr. 7