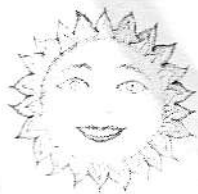


TROCKENFRÜCHTE



Ananas - Mango - Papaya

Der **ANANAS** sagte man früher nach, dass sie aus dem „**Garten der Götter**“ stamme und schätzte ihre **Heilwirkung** auf das **Herz**, bei **Säure-** und **Salzvergiftungen** und zur Anregung der **Verdauung**. Dazu wurde, meist vor den Mahlzeiten, nur ein Ring auf einmal genommen und der Saft herausgelutscht. Das faserige geschmacklose Gewebe wurde nicht mitgegessen.

Die **MANGO** wurde schon im Altertum als **Heilmittel gegen Nervosität** geschätzt und zur **Kräftigung des Nervensystems** eingesetzt. Auch gegen **Drüsenschwäche** sagte man der Mango so etwas wie „**Zauberkräfte**“ nach, die auch vor allem auf die **Nebennieren**, die **Keimdrüsen** und das **Herz** einwirken. Die Mango enthält natürliches **Pepsin**, das die Umwandlung der Speisen fördert. Das Pepsin wird vom Magen benötigt, um die Verdauung durchzuführen. Er erhält es von der Milz und teilweise auch von der Bauchspeicheldrüse.

Die **PAPAYA** ist eine Baum-Melone, die reif geerntet, reichlich **Pepsin** enthält und die **Pepsinbildung** in der Milz anregt; deshalb wurde in alten Hochkulturen ihre heilsame Wirkung gegen chronische **Verdauungsstörungen**, besonders bei Personen in vorgerücktem Alter, ihre positiven Wirkungen auf die **Nerven** und die **Schilddrüse**, sehr geschätzt. Sie ist eine Krautart, ähnlich wie Ananas und die Banane. Das Pepsin wird vom Magen benötigt, um die Verdauung durchzuführen. Er erhält es von der Milz und teilweise auch von der Bauchspeicheldrüse.

**Früchte wie Mango und Papaya
fördern die körpereigene Pepsinbildung!**

Geniesen Sie diese Trockenfrüchte **pur** (am besten im Mund zergehen lassen), in dampf-destilliertem Wasser **eingeweicht** und/oder als **Beigabe** (geschnitten) zu Müsli, Dessert usw.