



PETERSILIE - WASSER

KALTAUSZUG

Dieses Wasser wird aus den Resten hergestellt, die die meisten Menschen weggeworfen hatten, obwohl es höchst hilfreich und gehaltvoll wirken kann.

Es werden lediglich gebraucht:

einige Stängel der Petersilie werden in ca. 5cm große Stücke geschnitten und mit 1 Liter stillem, kühlen Wasser oder Quellwasser übergossen.

*Nun kann die Mischung 30 Minuten ziehen gelassen werden - **FERTIG !!!** (danach werden die Stängel aus dem Wasser genommen)*

Durch den Kaltauszug wird dieses Wasser rohköstliche Qualitäten aufweisen, d.h. alle Inhaltsstoffe der Petersilie werden bestens erhalten bleiben und das Wasser wird sehr fein und aromatisch schmecken.

Folgende Wirkungsweisen der Petersilie waren bekannt geworden:

Ein sehr hoher Vitamin C-Gehalt.

Belebende, erfrischende, aufmunternde, sowie erhellende Wirkung, die Frühjahrsmüdigkeit oder Depressionen vertreiben konnte.

Anregend für die Verdauung, fördernd und unterstützend für die Nierenfunktion, hilfreich bei Blähungen und lindernd bei Menstruationsbeschwerden.

Nur während der Schwangerschaft sollte sie sparsam verwendet werden.