

Recept Sole (Solanka) z Keltské mořské soli

Co potřebujete?

Hrubou Keltskou mořskou sůl

(Zavařovací) sklenici nebo láhev s víkem

Vodu (pokud možno filtrovanou nebo z pramene)

Sole je skvělý způsob jak dodat svému tělu vyváženou škálu čtených minerálů a

stopových prvků a zároveň jej hluboce hydratovat. V takto připravené tekuté formě jsou minerály krví okamžitě rozpoznány,

přijaty a dopraveny do buněk. Tyto takzvané "elektrolyty" napomáhají elektromagnetické komunikaci mezi buňkami.

Návod:

Sklenici nebo láhev naplňte z 1/3 Keltskou mořskou solí, poté dolijte vodou.

Sklenici či láhev velmi dobře protřepejte, většina soli se rozpustí.

Na dně se usadí zbytek soli, kterou tam můžete nechat.

Denně na lačný žaludek vypijte velkou sklenici vlažné vody smíchané s jednou

kávovou lžičkou Sole.

Poznámka: Pijte max. dvě sklenice takto připraveného roztoku denně

Sole z Keltské mořské soli je velmi silná a podporuje proces trávení a detoxikace,

je tedy možné, že ze začátku budete muset častěji navštívit toaletu.

Sole lze uchovávat několik týdnů v lednici.

Proč je lepší pramenitá voda?

O vodě je známo, že v sobě nese informace. Pramenitá voda je tzv. živá voda. Má v sobě mnoho minerálů a je statisíce let stará a pochází z dob před technickou revolucí. Než se dostane na povrch země je důkladně filtrována různými vrstvami písku, kamenů, hlíny atd. A má přirozeně pH nad 7, což napomáhá odkyselení těla.

Voda z kohoutku je chemicky čištěná a dezinfikovaná. Často se používá chlór, který způsobuje i rakovinu střev. Navíc recyklovaná voda je plná zbytků léků, chemoterapie, antikoncepce, mikročastic plastu atd. Proto je vždy lepší vodu filtrovat a zbavit ji alespoň těchto škodlivých látek, které jinak ohrožují zdraví našeho celého organismu.