

Öl-Eiweiß-Kost

nach Dr. Johanna Budwig

Über 40 Jahren behandelte die mehrfach für den Nobelpreis nominierte Wissenschaftlerin, Frau Dr. Johanna Budwig, erfolgreich schwer kranke Menschen. Sie war approbierte Apothekerin, Diplom-Chemikerin mit Promotion in Chemie und Physik und Gutachterin für Arzneimittel und Fette.

Ihre Einsichten revolutionieren das, was wir unter „Gesunden Essgewohnheiten“ verstehen. Es ist eine Rückkehr zu den natürlichen Grundelementen unserer Nahrung. Die Erfolge der Öl-Eiweiß-Kost sind auch bei schwersten Erkrankungen vielfach bestätigt.

Die Basis ihrer Ernährungsrichtlinien bildet eine Mischung aus Magerquark und Leinöl, welche mit unterschiedlichen Beimengungen wie Früchten oder Leinsamen zu einem gesunden Müsli am Morgen ergänzt werden kann. Besonders schmackhaft wird diese Mischung durch einen Schuss unseres gesunden Moosbeerensaftkonzentrates.

Diese Quark-Leinöl-Mischung bildet eine besonders zuträgliche Mischung deren besondere Wirkung auf den enthaltenen gesunden Cis-Fettsäuren beruht.