

## Rubrik Zum Ausleiten von Schadstoffen

### Wiesensalat

Zutaten:

1 Salat ( z.B. Kopfsalat, Eichblattsalat, Eisbergsalat )

3 Handvoll Wildpflanzen je nach Jahreszeit gemischt oder einzeln ( Tannen-oder Fichtenspitzen, Giersch, Sauerampfer, Schlangenknocherich, Gänseblümchen, Rotklee, Löwenzahn, Taubnesseln, Labkraut, Vogelmiere, Wegericharten, Wiesenbärenklau, Malve, Weideröschen, Hirtentäschel )

2 El Distelöl

1 El Obstessig

2 EL Apfelsaft

Salz

Zucker

Blüten der genannten Pflanzen zur Dekoration

### Zubereitung:

- den Salat waschen, zerkleinern
- Wildpflanzen nach Bedarf waschen, klein zupfen u unter den Salat heben.
- aus den Angaben eine Marinade anrühren
- alles gut vermischen
- mit Blüten garnieren

### Anwendung:

So oft wie möglich als Beilage oder Hauptmahlzeit essen.

Er unterstützt Leber und Nieren in ihrer entgiftenden Funktion

### Nach Antibiotikatherapie zum Ausleiten:

Bisymbioflor Tbl. 14 Tage einnehmen ca 45 CHF ( Homöopathie )

