**LE MELON POUR PLUS D’ÉNERGIE**

**SMOOTHIE AUX DEUX MELONS**

2 tasses (500ml) de melon miel pelé et coupé en dés
2 tasses (500ml) de cantaloup pelé et coupé en dés
1 tasse (250ml) de concombre pelé et coupé en dés
¼ tasse (60ml) de jus d’orange frais pressé
Le tout dans un mélangeur quelques secondes

 POUVOIR GUÉRISSEUR

Les Melons, melon d’eau, melon miel,  canari, cantaloup, sont physiologiquement adaptés pour le corps humain. Ils sont exactement ce que le corps a besoin pour guérir.  C’est un cadeau de mère nature.

Les melons sont remplis d’une eau bioactive, qui hydrate en profondeur.  Cette eau a la capacité de se coller aux poisons, comme les déchets de virus/bactéries, les levures, l’ammoniaque (gaz toxique, produit de la fermentation par les bactéries des aliments mal digérés dans l’intestin) et de les expulser du corps.

Les melons sont riches en électrolytes qui protègent le cœur, le cerveau et le système nerveux.

Les melons sont remplis d’enzymes, facilement assimilables de façon à ce que le système digestif ait peu d’effort à faire pour les digérer.

Le bon sucre contenu dans les melons quitte l’estomac en moins

d’une minute, ce qui en fait une source d’énergie qui nous fortifie et nous recharge la batterie rapidement.

À un autre niveau le melon nous apporte du support lorsqu’on a à traverser des situations et émotions difficiles. Que nous n’avons pas à nous battre constamment pour avoir ce qu’on veut et qu’on peut s’ouvrir à recevoir le pouvoir de guérison qui habite en nous.