POUVOIR GUÉRISSEUR DU RAISIN

Riche en eau (80%), en bon sucre, en vitamines c et B, en minéraux tel que le calcium, le magnésium, le manganèse, le cuivre, le potassium, en fer et en une sorte d’antioxydants, les polyphénols.

Les polyphénols du raisin possèdent des propriétés anti-inflammatoires et ont un effet protecteur sur le cerveau et le système nerveux. Les polyphénols contribuent au bon fonctionnement du système cardio vasculaire.

Le raisin est un excellent tonique pour les reins et le foie. Il les aide dans leur travail d’élimination des déchets.

Le raisin agit comme un aimant pour sortir du corps les radiations, les métaux lourds et les pesticides.

La peau des raisins expulse du corps surtout des intestins, les parasites et les levures de type Candida albicans.

À un autre niveau les raisins ont la capacité de vivre ensemble, en connexion avec les autres et de trouver leur place sur la vigne. Lorsque nous mangeons les raisins nous bénéficions aussi de cette sagesse.

SLUSH DE RAISIN

4 TASSES DE RAISINS CONGELÉS

3 TASSE D’EAU DE COCO

LE TOUT AU MÉLANGEUR