

Knoblauch Wirkung und Anwendung

Knoblauch ist eine sehr gute Quelle des Nährwertes. Es ist reich an Vitamin A, C, P und B sowie Kalzium-, Magnesium-, Kalium-, Selen-, Zink-, Phosphor- und Eisenmineralien.

Gibt dem Körper Kraft und Energie. Zum Beispiel ist es bekannt, dass in Russland, Knoblauch gegessen wird, um Kraft zu geben, um alte Menschen. Es ist appetitanregend und Verdauungsförderer. Es entfernt Sputum, lindert Verstopfung und reduziert Gastritis Beschwerden. Es ist ein starkes Antibiotikum, ein Keim Mörder.

Man verwendet Knoblauch in Abkochung in Klistieren, um die Spulwürmer zu vertreiben. Früher zur Zeitigung von Geschwüren.

Knoblauch kann als rohe oder gekocht in den Mahlzeiten verwendet werden. Dies ist die häufigste Anwendung. Sie können Knoblauch schneiden und dann mit Joghurt essen. Es ist sehr köstlich. Wenn Sie über den Geruch von Knoblauch besorgt sind, können Sie hacken Knoblauch fein und schlucken sie mit Wasser.

Er hilft bei Erkältung, Asthma, Bronchitis, Husten, Herzschwäche, Bluthochdruck, Arteriosklerose, Resistenzsteigerung, Magen-Darmstörungen, Infektionen, Lungenschwäche, Appetitlosigkeit, Verdauungsstörungen, Blähungen, Magenschwäche, Verstopfung, Durchfall, Würmer, Wechseljahrsbeschwerden.

[Knoblauch Wirkung](#)