

Medien-Information

Frei zur sofortigen Veröffentlichung

Himbeeren – erfrischende Heilkraft aus der Natur.

Schon Hildegard von Bingen wusste über die heilenden Kräfte der Himbeere und hat sie in ihrem Klostergarten für die Heilung bei fiebrigen – Virusinfektionen eingesetzt.



Himbeeren: frisch geerntet aus dem Thurgau – Foto: BBZ Arenenberg

Jetzt ist Zeit für frische Thurgauer Himbeeren! Man findet sie frisch gepflückt in allen Supermärkten und im Fachhandel.

Die Himbeere wird auch als „Königin der Beeren“ genannt. Nebst ihren erfrischenden Eigenschaften wird sie auch seit Jahrhunderten in der Volksheilkunde für therapeutische Zwecke eingesetzt.

Himbeeren haben eine hervorragende Heilkraft, wenn man sich diätisch ernähren muss, z.B. bei Nierenleiden, Diabetes, Gallenleiden und Magen-/Darmerkrankungen. Dafür sollte man die Früchte möglichst frisch genießen.



Weiter wurden Heilerfolge bei rheumatischen Beschwerden festgestellt und Himbeerblättertée soll gegen Hautausschläge und Keuchhusten getrunken werden.

Himbeeren sind wichtige Lieferanten von Vitaminen und Spurenelementen

Eine 150 g-Portion deckt

10% Vitamin E

11% Folsäure

38% Vitamin C

15% Kalium

13% Magnesium

10% Eisen

11% Kupfer

ab.

Himbeeren sind frisch konsumiert, nicht nur eine Köstlichkeit, sondern sehr gesund. Jetzt ist Zeit, sie frisch und natürlich zu geniessen.

1336 Zeichen

Informationen

BBZ Arenenberg

Michael Mannale

8268 Salenstein

michael.mannale@tg.ch

Tel. 058 345 85 13