

LES DOSES

NERFS: 1 litre par jour
ULCERE D'ESTOMAC: 1 litre/jour (guérison: après 2 mois)
ASTHME ET BRONCHITE: 1 litre/jour pendant une longue période
LEUCEMIE ET ANEMIE: 1 litre/jour (ou 2 pour les cas graves). Au bout de 3 mois, le sang redevient normal
SCLEROSE: 1 litre/jour. Normalise la tension et le poids physique
ALLERGIES ET ECZEMAS: 1 litre/jour pendant 2 ou 4 semaines
RHUME et VESSIE: 1 litre/jour. Pour les reins également
MALADIES BILIAIRES: 1 litre/jour. Guérison après 2 à 6 mois

Le Kéfir d'eau, comparé à celui de lait, est meilleur, son effet est supérieur

INSTRUCTIONS

ATTENTION: pas de contact avec le métal
un récipient en verre de deux litres avec couvercle

INGREDIENTS:

- 6 cuillerées à soupe de sucre
- 6 cuillerées (en bois) à soupe de KEFIR
- 2 figes sèches
- 1/2 citron non-traité bien lavé
- 2 litres d'eau fraîche

* toutes les 24 heures, bien mélanger
* minimum 2 jours/ maximum 4 jours
* chaque jour la fermentation augmente

Un fois prêt, bien presser le jus de citron, retirer les figes et filtrer le liquide. Laver les ferments sous l'eau fraîche (passoire en plastique). Bien laver le récipient et remettre les ingrédients comme indiqué plus haut.

Le Kéfir se multiplie beaucoup (c'est pourquoi, vous pourrez en faire cadeau à vos amis). Le Kéfir peut se conserver quelques jours (3 ou 4) dans de l'eau sucrée pour ensuite, remettre les ingrédients déjà cités.

Ne pas mettre le Kéfir au frigo mais bien son jus.

"LE FAMEUX KEFIR D'EAU"

Les habitants des régions du Caucase connaissent les effets du Kéfir, depuis leur jeune âge. Les enfants boivent le Kéfir et arrivent à un âge avancé, une moyenne de 110 ans.

On dit que c'est l'un des rares endroits où les habitants arrivent à un âge avancé en pleine santé. Le Professeur Menkiv, qui a consacré toute sa vie à l'étude du Kéfir, dit que tous ces habitants ne connaissent ni tuberculose, ni cancer, ni troubles intestinaux...

En Allemagne, Le Dr. Drasek a confirmé les effets merveilleux du Kéfir, avant la Guerre Mondiale.

Avec le Kéfir, on guérit: le rhume, les voies respiratoires, les crampes d'estomac, les inflammations chroniques de l'intestin, l'inflammation du foie, les troubles biliaires, les maladies de la vessie et pour la convalescence, après de graves maladies.

Pour les enfants, on utilise le Kéfir tout comme le lait maternel, il sert aussi contre les allergies de la peau, pendant la grossesse et pour les malaises féminins pré-menstruels.

POSSIBILITE D'UTILISATION DU KEFIR

Aussi pour les maladies des nerfs, ulcères internes, rhumes bronchites, toutes sortes de scléroses, infarctus, bile, foie, reins, ictères, maladies de l'estomac ou intestinales, diarrhée.
Important: le Kéfir, évite la putréfaction de l'intestin, c'est ainsi qu'il guérit et rend la vie gaie.

Boire chaque jour du Kéfir ne gêne pas la digestion, car le Kéfir est assimilé très rapidement par le sang. Pour des maladies longues et graves, il est nécessaire de boire beaucoup de Kéfir, matin, midi et soir, à raison de 1/2 litre chaque fois.

Le Kéfir de 24 heures est laxatif. Boire pendant 4 semaines seulement le soir.

Le Kéfir de 48 heures rétablit la fonction intestinal, alors qu'au delà (à partir de 3 jours) il accentue la constipation.