



BATIDO REGENERATIVO DESINTOXICANTE

Ingredientes

5 verduras de color verde oscuro:

Brócoli

Acelga

Espinaca

Tomillo

Perejil

4 verduras de color morado:

Remolacha

Arándanos

Uvas negras

Repollo morado

Procedimiento

Día 0:

Antes de iniciar el tratamiento, toma un vaso de jugo de remolacha, y espera hasta el día siguiente viendo si la orina o las heces son de color rojizo. Si son de color rojizo, entonces es que no estás absorbiendo bien los nutrientes, y este tratamiento es ideal para ti.

El batido **se tomará durante 15 días.**

Día 1:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 2:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 3:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 4:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 5:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo + perejil** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 6:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo + perejil + remolacha** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 7:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo + perejil + remolacha + arándanos** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 8:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo + perejil + remolacha + arándanos + uvas negras** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Día 9:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo + perejil + remolacha + arándanos + uvas negras + repollo morado** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

Del día 10 al 15:

Licuar para **un vaso de agua** (250ml) **60g de brócoli + acelga + espinaca + tomillo + perejil + remolacha + arándanos + uvas negras + repollo morado** y beber medio vaso en ayunas y medio vaso por la noche.

NOTA: Tomar el batido lentamente para que funcione. No se debe tomar rápido, sino en pequeños sorbos.

El peso de los ingredientes es aproximadamente 50 a 60 gramos no importa si hay una verdura o las nueve.

Después de tomar este batido regenerativo, puedes volver a tomar jugo de remolacha para ver el color que sale es más claro o casi transparente. Esto significa que tu digestión ya absorbió nutrientes.

Te sentirás con más energía y vitalidad.



Marcos Fernández

Tetraterapeuta en Medicina Homeostática y Biosinapsis