



Heilende Gewürze als effektive Jungmacher

Von *PR-Info*

Erstellt am 2 Feb 2012 - 07:40

Gewürze verleihen Speisen nicht nur einen aromatischen Geschmack, sondern haben auch eine heilende Wirkung. Aufgrund ihrer spezifischen Wirkung haben verschiedene Gewürze neben ihren gesundheitsfördernden Eigenschaften auch besondere Wirkungen, die sie als Jungmacher auszeichnen. Einen festen Platz als Jungmacher hat der Knoblauch ja schon längst eingenommen. Aber neben Knoblauch gibt es auch noch weitere Gewürze, die der Gesundheit gut schmecken.

Ingwer ist das ideale Wintergewürz

Nach einem schweren Essen hilft Ingwertee, Blähungen, Völlegefühl oder gar Übelkeit zu vermeiden. In der Medizin werden Ingwer-Präparate hauptsächlich gegen die Reiseübelkeit eingesetzt.

Kurkuma zur Gesundheitsprophylaxe

Kurkuma fördert die Entleerung der Gallenblase und unterstützt damit die Fettverdauung. Er schützt die Arterien vor Ablagerungen und beugt somit Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor. In der Naturmedizin schätzt man seine entzündungshemmenden, antioxidativen, antimikrobiellen, antimutagenen und krebshemmenden Eigenschaften.

Pfeffer als Vitalstoff-Booster

Die Scharfstoffe im Pfeffer erhöhen den Speichelfluss und fördern damit die Verdauung. Und eine bessere Verdauung hilft wiederum, die Nahrung besser zu verwerten. Gemeinsam können ein gepushter Stoffwechsel und eine bessere Verdauung dabei helfen, das Gewicht zu reduzieren. Wer also ein paar Pfunde abnehmen möchte, der darf sein Essen ruhig ordentlich pfeffern. Der Wirkstoff Piperin im schwarzen, weißen und grünen Pfeffer wirkt als Vitalstoff-Booster und sorgt dafür, dass Vitalstoffe aus der Nahrung wesentlich besser vom Körper aufgenommen werden.

Ausführliche Informationen zu diesen und weiteren Gewürzen und ein innovatives Anti-Aging-Programm mit neuen Methoden, zahlreichen Tipps und außergewöhnlichen Rezepten stellt Vanessa Halen in ihrem aktuellen Ratgeber **DIE?JUNGMACHER** vor.

Die Jungmacher - Aktivieren Sie Ihren inneren Jungbrunnen und drehen Sie Ihre biologische Uhr zurück

Der neue Ratgeber von BoD-Bestseller-Autorin Vanessa Halen

ISBN 978-3-8391-8644-2

100 Seiten – 12,90 Euro

Kostenlose eBooks, Gratis-Leseproben und weitere Infos über die Autorin und ihre Bücher auf der Wellness-Infoseite:

<http://www.wellness-infoseite.de> [1]

Verlag:

Books on Demand GmbH

In de Tarpen 42



22848 Norderstedt

Telefon: 040-534335-0

Rezensionsexemplar:

<http://www.bod.de/index.php?id=3144> [2]

Kontakt und Presseanfragen:

vanessa.halen@web.de [3]

Vanessa Halen ist Expertin in Sachen Gesundheit, Schönheit und Wellness. Neben ihrem Studium der Kunst- und Heilpädagogik absolvierte sie eine Ausbildung zur Camouflagistin und besuchte Fachseminare in den Bereichen Kosmetologie und Naturheilkunde. Ihr Fachwissen rundete sie schließlich durch eine Heilpraktiker-Ausbildung ab. Heute arbeitet die Autorin als freie Journalistin und Texterin. Sie hat bereits über 300 Fachartikel sowie mehrere Sachbücher und Ratgeber veröffentlicht. Ihre aktuellen Bücher:

Ein neues Leben (ISBN 3-89811-731-6)

BioAging (ISBN 3-8311-4572-5)

Die neuen Schlank-Pusher (ISBN 3-8334-1473-1)

CyberBeauty (ISBN 3-8334-5295-1)

Die neuen Schönmacher (ISBN 978-3-8370-5406-4)

Die Jungmacher (ISBN 978-3-8391-8644-2)

Gesundheit, Schönheit, Medizin, Ratgeber, Lebenskrise, Sorgen, Anti-Aging, Vitamine, Falten, Haarausfall, Glatze, Wechseljahre, Potenz, Ernährung, Übergewicht, abnehmen, schlank, Diät, Rezepte, Lifting, Cellulite, Altersflecken, Hautstraffung, Zukunft, Hausmittel, Beschwerden, Schönmacher, Schlank-Pusher, BioAging, Jungmacher

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:37): <http://www.medkom24.eu/node/15728>

Links:

[1] <http://www.wellness-infoseite.de>

[2] <http://www.bod.de/index.php?id=3144>

[3] <mailto:vanessa.halen@web.de>