

Gesund durch den Winter mit Blütenpollen

Was sind Blütenpollen? Blütenpollen sind männliche Samenzellen blühender Pflanzen. Mit Pollen gefüttert nehmen Bienenlarven explosivartig in 6 Tagen das 1500-fache an Gewicht zu. Eines komplexesten Lebensmittel die uns die Natur schenkt.

Blütenpollen enthalten aller lebenswichtigen Substanzen die unser Körper im Gleichgewicht hält. Das sind: Aminosäuren, Enzyme, Coenzyme, Vitamine, Mineralstoffe, Spurelemente, ungesättigte Fettsäuren und Pflanzenhormone. In den Blütenpollen sind die Ur-Keime des Lebens. Bienenvölker, die im Frühling reichliche Pollenvorräte sammeln, sind die Kräftigsten und Widerstandsfähigsten.

Blütenpollen enthalten Inhaltsstoffe die der beste Garant für eine volltaugliche Funktion des gesamten Organismus sind. Z.B für die schmerzlose Funktion der Gelenke, die Erhaltung des Skelettaufbaus, der Leber-, Nieren-, Harnweg- u. Prostatafunktion, der Herz- und Kreislauffunktion, der Gedächtnisbefähigung, der Insulinproduktion all diese Lebensfunktionen sind auf eine ständig positive Aminosäuren- und Hormonbilanz angewiesen, die gemeinsam auch die Wechseljahresschwierigkeiten, Migräne und Stressfolgen nicht zulassen. Interessant ist zu wissen, dass die Pflanzensterine nicht nur den Cholesterinspiegel im Blut senken, sondern auch die meist aus Cholesterin gebildeten Gallensteine auflösen und dem rheumatischen Formenkreis entgegen wirken können.

Die Blütenpollen wirken harmonisierend und entspannend auf den menschlichen Körper. Ebenfalls können sie zur Stärkung des Immunsystems nach einer überstandenen Krankheit, eingesetzt werden. Gleichzeitig können Sie auch leistungsstärkend wirken, wenn es zu Stress in der Schule im Beruf, beim Studium oder beim Sport kommen kann. Sie wirken aufbauend, kräftigend und erhöhen vor allem die Vitalität.

Blütenpollen eignen sie sich zur täglichen Nahrungsmittelergänzung, sie sind nahezu ideal gegen verschiedene „Zivilisationserscheinungen“ außer Stress, auch bei Wetterfühligkeit, Schlaflosigkeit und Verstimmungen. Die komplexen Inhaltsstoffe der Pollen sorgt dafür, dass Schwächezustände verschwinden können.

Anwendungstipps zu Blütenpollen:

Einen Esslöffel Multiflora Blütenpollen täglich zum Frühstück in ihr Müsli oder in einen Smoothie. Dies ist der beste Start in den Tag.

Powerfrühstück im Winter: Eine Banane mit Spirulina, etwas Osmose Wasser, ein Schuss Cayenne Pfeffer, eine Messerspitze Curcuma (Gelbwurz pulver), ein Esslöffel Blütenpollen, alles zusammen im Blender Mixgerät mixen, langsam und genüsslich trinken.

Sie können die Blütenpollen ebenfalls, jeweils einen Esslöffel über ihren Salat streuen, in ihren Frühstücksmüsli, Frischkornbrei, in ihren Obstsalat, Joghurt, auf Desserts.

Ich selbst fühle mich wie eine Königin wenn ich den Tag mit meinem Lieblingsdrink beginne.

Der ist: Frisch gepresster Karottensaft mit frischem Ingwer, einer Orange, evtl. auch eine Grapefruit, ein Esslöffel Blütenpollen, evtl. ein Messlöffel von Dr. Jacobs Basenpulver um rühren, kurz stehen lassen, langsam und genüsslich trinken.

Sollte mal aus Zeitgründen kein frisch gepresster Saft möglich sein, nehme ich auch einen x-beliebigen Direktsaft ohne Zusätze, mit Blütenpollen und Basenpulver. Sie können auch Ingwerpulver nehmen oder ein Schuss Cayennepfeffer gemahlen oder auch Chili. Sie können die Zutaten je nach Lust und Laune variieren, probieren sie aus mit welchen Zutaten sie sich am wohlsten fühlen.

Seien sie kreativ und achten wie sich ihr Körper danach fühlt.

Ich habe festgestellt, dass ich seit langem keine Erkältungskrankheiten mehr habe und Wechseljahrprobleme gar nicht kenne. Mit den Blütenpollen habe sie die beste Versorgung für ihren Körper, nicht nur über den Winter. So haben sie die Möglichkeit von der bekannten Frühjahrs Müdigkeit verschont zu bleiben.

Geschrieben von [Gerhilde](#) am Montag, 10. Februar 2014 um 14:03 in [Kunden berichten](#)