

DE GENEESKRACHT VAN CHOCOLADEMELK

Nieuw recept medicinale chocolademelk



Een paar chocolademelkvarianten

Hier staat niet een keihard recept voor chocolademelk, maar hier staan enkele instrumenten waarmee je zelf kan ontdekken wat voor jou de lekkerste chocodrank is met medicinale kwaliteiten. Als ingrediënten gebruik je alleen geneeskrachtige planten.

In chocodranken uit de supermarkt zit te veel suiker, plantaardige maar chemisch bewerkte vetten en te veel overige zoetstoffen. Dat maakt industrieel chocolademelk tot een ziekmakend product. Hoe kun je toch van chocodranken genieten, zonder ongezond bezig te zijn? Met kokosroom kun je zelf veganistische chocolademelk maken. Dat maakt al een enorm verschil. In kokosvetten zitten veel gezonde stoffen. Cacao zelf is ook erg gezond, maar dan wel zo puur mogelijk. Je kunt het met stevia-thee zoeten. Dat is trouwens ook een geneeskrachtige plant. Zo gebruik je gezonde lekkere producten om je eigen drank samen te stellen. Met kaneel kun je de drank op smaak brengen. Kaneel is een licht zoet kruid dat goed werkt in combinatie met andere zoete kruiden.

CHOCOLADEMELK

- Santen, Kokosroom
- [Cacao](#)
- [Kokosbloesemsuiker](#), [palmsuiker](#)
- [Stevia-Kaneelthee](#)

Kook water. Ondertussen doe je santen, kokosroom, palmsuiker, stevia-kaneelthee in een beker en klopt het goed door elkaar. Gebruik een klein beetje heet water erbij om de palmsuiker alvast goed te laten smelten. Als het water kookt, kun je het in dezelfde beker doen. De chocolademelk is nu klaar.

Kokosroom
Cacaopoeder
Steviathee
Kaneelthee
Palmsuiker

Waar is deze heerlijke chocolademelk geneeskrachtig voor?

- Stevia is een antidiabeteskruid en anti-alzheimerkruid. Het verbetert de controle van de bloedsuikerspiegel.
- Kaneel is een ontstekingsremmend kruid. Het werkt vooral tegen artritis, artrose en jicht.
- Palmsuiker bevat alle mineralen die suiker nodig heeft om te verteren. Palmsuiker is goed tegen bloedarmoede, tegen vermoeidheid en goed voor de energiehuishouding.
- Kokosroom is een veganistische roomsoort die kwa smaak vergelijkbaar is met de room die wordt gebruikt om slagroom van te maken. Kokosroom bevat allerlei gezonde vetten.
- Santen is kokosvet. Het ligt al een eeuw in de supermarkt en is zeer gezond. Het is uitstekend tegen alzheimer.
- Cacao is een versterkend middel. Je wordt er rustiger van en het geeft veel energie aan het lichaam omdat er veel mineralen en vetten in zitten.

Wat is er fout aan supermarktchocolademelk?

Chocolademelk uit de industrie is zeer ongezond voor de mens, terwijl het hierboven genoteerde recept een supergezonde chocolademelk oplevert met medicinale kwaliteiten. Waardoor wordt dit gigantische verschil veroorzaakt?

-In industriële chocolademelk zit geraffineerde suiker, een stof waarvan industriële fabrikanten al ruim 50 jaar weten dat het kanker, hart- en vaatziekten, diabetes, alzheimer en obesitas veroorzaakt.

-In industriële chocolademelk zit [geraffineerde koemelk](#). De voedingsstoffen zijn eruit gehaald en het waterig aftreksel wat overblijft bevat residuen antibiotica, vele [bio-aminen](#) of ontstekingsveroorzakende non-nutrienten, een te grote hoeveelheid calcium wat zwakke botten oplevert. Verder zitten er in vele soorten chocolademelk nog andere onnodige zoet- en smaakstoffen die ontstekingen veroorzaken in ons lichaam. Misschien denk je nu: hoe kan het dat er voedsel is geoorloofd in de supermarkten wat ons ziek maakt? Dat komt omdat in het geval van melk en suiker, het verslechteringsproces heel langzaam is gegaan. Het raffinageproces werd steeds beter. Bij elke industriële 'verbetering' van het raffinageproces, werd het product langer houdbaar en meer ontstekingsveroorzakend.

Varieer naar eigen smaak

Aangezien er geen smaakwetten en creatieve grenzen bestaan is het mogelijk met elk bestaand recept te variëren. Andere ingrediënten die kunnen worden toegevoegd aan het recept van een medicinale chocolademelk kan worden gemaakt zijn: [kurkuma](#), [kolanoot](#), [roomboter](#), cacaoboter, [haver](#)-, [kokos](#)- of [amandelmeel](#) (voor melkachtig effect), slagroom, kokosmelk en rietsuikermelasse. Als je een klein beetje [banaan](#) of [avocado](#) in de blender doet, samen met water, dan krijg je een natuurlijk romig effect. Deze producten kun je gebruiken om een romige, veganistische chocolademelk te maken.





Gewoontevoer voor gewoontedieren

De mens is een saai, futloos, slaafs, aards gewoontedier en tegelijkertijd een creatieve medeschepper in het universum. Nu is het zo dat de meeste mensen in hun gewoontedier-modus staan en daar zich moeilijk aan kunnen onttrekken. De sleur van het dagelijks leven heeft veel mensen te pakken en men wordt door deze zelf gecreëerde demon geleefd. Gewoontedieren veranderen niets en eten en drinken elke dag hetzelfde. Echter, deze gewoonte is een menselijke constructie die niet in de natuur wordt gereflecteerd. Creatieve medescheppers, dat zijn mensen die zelf kunnen nadenken en processen ontwikkelen. Iedereen kan een creatieve medeschepper worden die zijn eigen kosmos creëert in harmonie met het universum. Daarom worden hier handreikingen gegeven om zelf recepten te ontwikkelen.

Banalade-variant: halve banaan + water + cacao = chocodrank

Als je toch aan het experimenteren bent geslagen, maak dan gebruik van de combinatie van banaan en cacao. Dat is een heerlijke combinatie, zoals je ook kunt zien in het taartrecept hieronder. Banaan door een drank maakt de drank romig, en dat is nu precies wat we willen met chocolademelk. Je kunt eenvoudig een halve banaan en wat cacao met genoeg water in een blenderbeker doen om snel een koele chocodrank te malen die supergezond is, een ware geestelijke en lichamelijke opkikker.



NOG GEEN ABONNEE?

DAT GEEFT NIKS WANT DEZE GROENTESOOS KAN DOOR ABONNEES GRATIS VERSPREID WORDEN.

**WIL JE DE ONTWIKKELINGEN OP KENNISGE-
BIED OVER MEDICINALE VOEDING VOLGEN?**

**DRUK DAN NU OP ONDERSTAANDE KNOP EN ONTVANG
MAANDELIJKS DE GROENTESOOS IN JE INBOX.**

DE GROENTESOOS IS EEN LEUK CADEAU AAN EEN VRIEND, VRIENDIN OF FAMILIELID.

**EEN JAARABONNEMENT KOST SLECHTS 18 EURO,
TIJDENS DE INTRODUCTIEPERIODE! (PRIJS STAAT 3 JAAR VAST)**

