

Limpieza del colon con café

Página web: www.mejoratusalud.news

Preparación del café verde en grano:

El café verde en grano es duro como la piedra. Hay que ponerlo en remojo 12 a 24 horas antes de su utilización. Luego se mete en la batidora durante 1 minuto o 2 para pulverizarlo.

- Tratar de tal modo 2 o 3 cucharadas grandes de café verde, conservar el líquido de remojo.
- Completar para tener un litro de agua y hervir durante 5 minutos y final ente 15 minutos a fuego lento.
- Parar la cocción y poner en infusión durante 15 minutos.
- Filtrar la mezclar (evitar el filtro de papel) para guardar sólo el jugo.
- Añadir agua hasta conseguir más o menos 1100ml de líquido.
- Dejar bajar la temperatura entre 37° y 41°.
- Practicar el enema.

Preparación del café molido ordinario:

¡Descafeinado no, sobre todo!

- Echar 2 o 3 cucharadas grandes de café molido, si es posible ecológico, en un litro de agua.
- Hacer hervir 3 minutos.
- Parar la cocción y poner en infusión durante 15 minutos.
- Filtrar la mezcla (evitar el filtro de papel), conseguimos aproximadamente 800ml de líquido.
- Añadir agua para conseguir más o menos 1100ml.
- Dejar enfriar hasta entre 37° y 41°.
- Practicar el enema.