

Unser Kochgeschirr und unsere Gesundheit - gibt es einen Zusammenhang?

Dies ist eine wichtige Frage, und wir sollten uns alle bewusst sein, dass es so viele Gesundheitsprobleme gibt, mit denen die Menschen heute zu kämpfen haben. Kein Medikament kann helfen, wenn die Grundursache nicht identifiziert und behoben wird. Es steht außer Zweifel, dass das, was wir essen, unsere Gesundheit stark beeinflusst. Während gesunde, nährstoffreiche Lebensmittel unseren Körper nähren und die Körperfunktionen verbessern, kann das Essen von giftigen und nahrungsarmen Lebensmitteln eine Katastrophe für dieselben Körperfunktionen und Organe sein. Unter den verschiedenen Faktoren gibt es keinen einflussreicheren Einfluss auf unsere Gesundheit als das Essen, das wir essen. Und die Qualität des …



Dies ist eine wichtige Frage, und wir sollten uns alle bewusst sein, dass es so viele Gesundheitsprobleme gibt, mit denen die

Menschen heute zu kämpfen haben. Kein Medikament kann helfen, wenn die Grundursache nicht identifiziert und behoben wird. Es steht außer Zweifel, dass das, was wir essen, unsere Gesundheit stark beeinflusst. Während gesunde, nährstoffreiche Lebensmittel unseren Körper nähren und die Körperfunktionen verbessern, kann das Essen von giftigen und nahrungsarmen Lebensmitteln eine Katastrophe für dieselben Körperfunktionen und Organe sein.

Unter den verschiedenen Faktoren gibt es keinen einflussreicheren Einfluss auf unsere Gesundheit als das Essen, das wir essen. Und die Qualität des Essens hängt von zwei Dingen ab – den Zutaten, die wir auswählen und wie wir sie kochen. Wir haben große Anstrengungen unternommen, um gesunde und nahrhafte Zutaten wie unverarbeitete und biologische Zutaten auszuwählen. Achten wir jedoch gleichermaßen darauf, wie wir sie kochen?

Um möglichst gesund zu kochen, brauchen wir das richtige Kochgeschirr. Während der Markt mit Kochgeschirr aus Metallen und Keramik überflutet ist, wird es schwierig, das richtige zu finden – eine gesunde und ungiftige Alternative, die Lebensmittel kocht und gleichzeitig ihren Nährwert maximal hält.

Reiner Ton (unglasierter Primärton) ist ein natürliches Material, das eine Alternative zu Metallen darstellt. Alle Metalle sind reaktiv und bilden toxische Verbindungen mit Nährstoffen, die sich dann in Blut, Geweben und Organen ansammeln und die Grundlage für ein geschwächtes Immunsystem und viele Gesundheitsprobleme bilden.

Reiner Ton hingegen ist ungiftig und in seiner reinen und natürlichen Form inert. Es wird nicht ausgelaugt und hält die Nährstoffe in Lebensmitteln intakt, indem es mit sanfter Hitze im fernen Infrarot gekocht wird. Die Töpfe aus reinem Ton haben hervorragende Dampfmanagement-Eigenschaften, die wasserlösliche Nährstoffe im Inneren festhalten und sie nicht

wie bei herkömmlichem Kochgeschirr durch Lüftungsschlitze abgeben. Das in reinem Ton gekochte Essen erweist sich also als völlig ungiftig und nährstoffreich.

Als zusätzlichen Vorteil bleibt die Garzeit bei langsamem Garen nahezu gleich oder sogar kürzer, und das Essen wird gründlich gekocht, ohne dass der Topf gebabysittet werden muss! Dies macht das Kochen bequemer und das Essen erweist sich als köstlich und zart, wie von Köchen berichtet wird, die zu gewechselt haben Tontopf kochen für immer.

Diese und viele andere Faktoren haben die klare Verbindung zwischen unserer Gesundheit und dem Kochgeschirr hergestellt. In diesem Wissen ist es wichtig, in Zukunft ein informierter Koch zu sein, damit Ihr Essen gesund ist und Sie auch!

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki