

COMBINAZIONI DI VERDURE E GELATINA

(Mangia) molte verdure crude, specialmente mescolate con la gelatina. Anche i succhi vegetali bevuti con la gelatina andrebbero bene; non depositata, però, bensì appena la gelatina viene mischiata col succo. 5031-1

Le verdure crude come crescione, sedano, lattuga, pomodori e carote ... possono essere preparate piuttosto spesso con la gelatina, come la gelatina di lime o di limone. Queste non soltanto hanno un buon gusto ma ti faranno anche bene. 3429-1

Ogni giorno prendi mezzo cucchiaino di gelatina Knox sciolta in due once di acqua e bevi questo prima che cominci a rassodarsi. (Anemia) 3070-1

(Mangia) uno dei prodotti alla gelatina, anche se possono a volte contenere dello zucchero queste devono spesso essere consumate nella dieta. (Anemia) 2520-2

D- Per favore spiegate il contenuto vitaminico della gelatina.

R- Non è il contenuto vitaminico, bensì è la capacità di operare con le attività della ghiandole, facendo sì che le ghiandole prendano da ciò che viene assorbito o digerito le vitamine che non sarebbero attive se non c'è abbastanza gelatina nel corpo. 849-75