

Receptura na rakovinu dle Dr. Budwigové.

Tučný tvaroh (alespoň 10%), olej s tvarohem v poměru 1 : 1 nebo 1: 2 až 1: 3.

Nejprve důkladně promixovat obě složky, až vytvoří hladkou, krémovou konzistenci, olej se nesmí oddělovat.

Sladká varianta: ovoce (maliny, borůvky, banán atd.), ovocná šťáva.

Možno přisládit trochou medu

Možno přidat trochu šampaňského, cca 1 dcl (je to dobrý nosič pro omegu 3).

Slaná varianta: do umixované směsi lněného oleje a tvarohu přidáme cibulku, trochu drceného česneku, koření (zázvor, kurkuma, italské bylinky apod.), sůl, trochu zeleniny (mrkev, zelená cibulka atd). Vše dobře promixujeme. Vzniklá pomazánka se hodí téměř k čemukoli, velmi dobrá je např. kombinace s vařenými bramborami a kyselým zelím.

Do hotové pomazánky (sladké i slané varianty) přidáme cca 1 lžičku mletých lněných semínek.

Podrobnosti najdete na internetu, když zadáte do vyhledávače „Budwig protocol“. Existuje dokonce Centrum dr. Budwigové, kde najdete hojnost informací o léčbě, dokonce si můžete zdarma stáhnout dietetického „průvodce“.

Doporučené užívání:

Doporučené denní dávka této směsi je 6 – 8 polévkových lžic během dne.

Pokud se začíná, tak od 1 čajové lžičky denně a postupně dávku zvyšujeme.