



## JAMU TRINKEN. GESÜNDER LEBEN.

### JAMU KUNYIT ASAM

*Zutaten: Gefiltertes Wasser, Kurkuma, Ingwer, Tamarinde, Orange, Zitrone, Jaggery, Langpfeffer, Zimt, Piment & Steinsalz – alles in BIO-Qualität, vegan & glutenfrei*

Jamu Kunyit Asam ist ein goldenes Elixier, das in Bali aufgrund seiner gesundheitsfördernden Wirkung als Medizin verehrt wird. Die Herstellungsmethode von Jamu ist ein aufwendiger, alchemischer Prozess. Das Rezept wird von Generation zu Generation – von Mutter zur Tochter – weitergegeben. Liebevoll wird er auch „Göttertrank für ewige Jugend, Schönheit & Gesundheit“ genannt. Mein Rezept stammt von meiner wundervollen Freundin aus Bali, die es mir – nach Rücksprache mit ihrer Familie – anvertrauen durfte.

### WIRKUNG

Jamu Kunyit Asam kombiniert die Wirkung verschiedener Zutaten und unterstützt Deinen Körper auf natürliche Weise. Für die Indonesier ist Jamu Kunyit Asam das „Elixier des Lebens“ und der größte Teil der Bevölkerung nimmt jeden Tag ein Glas zu sich. Beliebt ist Jamu Kunyit Asam als 100 % natürlicher Energiebooster auch bei Yogis und Surfern.

- Kurkuma ist reich an Antioxidantien. Es kann Leber und Nieren reinigen. Antioxidantien wirken ausserdem gegen freie Radikale. Frühes Altern und degenerative Krankheiten können dadurch verhindert werden.
- Ingwer wirkt antibakteriell und kann so das Immunsystem stärken, Schmerzen lindern, den Stoffwechsel anregen und die Durchblutung fördern.
- Tamarinde ist natürlich wirksam bei Magen- und Darmproblemen und kann die Entgiftung unterstützen.



## MEINE EMPFEHLUNG

- Einen Shot Jamu – mind. 100 ml am Tag, um fit zu bleiben.
- Eine Kur von 250 ml täglich, wenn das Immunsystem instabil ist.
- 500 ml für mindestens 10 Tage, um eine Grundreinigung der Leber und der Zellen durchzuführen.
- Jamu Kunyit Asam kann in dieser Dosis auch von Kindern ab 3 Jahren getrunken werden. Diese mögen ihn vor allem warm mit etwas pflanzlicher Milch.

*Jamu ist auch für Schwangere und Mütter in der Stillzeit geeignet.  
Bitte max. 250 ml am Tag trinken.*

### **Jamu Kunyit Asam beinhaltet alle 6 Geschmacksrichtungen:**

Süß, sauer, salzig, bitter, herb und scharf. Er schmeckt erfrischend lecker, kann kalt, warm oder heiß getrunken werden. Ich persönlich liebe es, ein Glas davon morgens direkt nach dem Aufstehen mit einem halben Teelöffel Kokosöl lauwarm zu trinken.

## HINWEIS

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

*Ich freue mich, wenn auch Du Jamu Kunyit Asam so sehr liebst, wie ich es tue  
und schicke Dir Herzensgrüße aus Saarbrücken. – Stephanie Arnold*