



Mandarine – *Citrus reticulata*

Die kaiserliche Frucht aus China hat vor 200 Jahren ihren Siegeszug um die ganze Welt begonnen. Von dort aus wurde sie zur Römerzeit von arabischen Händlern nach Italien gebracht.

Wichtige Inhaltsstoffe:

Vitamin A, C, E, B1, B2, B6
Phantothensäure
Magnesium
Zink
Eiweiss

Phosphor
Carotin
Fette

Niacin
Kalium
Schwefel
Beta Carotin
Ballaststoffe

Natrium
Calcium
Chlor **Eisen**
Folsäure

Essentials
Tinkturen

Tipp:

In den Wintertagen öfters eine Mandarine oder andere Zitrusfrucht genossen, mobilisiert unsere Abwehrkräfte und macht den Körper widerstandsfähiger gegen Infektionskrankheiten.





Anwendung:

3 x täglich 20 Tropfen in halbes Glas Wasser vor dem Essen, bzw. letzte Dosis vor dem Schlafen gehen.

Essentials
Tinkturen

Wirkungsweise:

**Altersdiabetes vorbeugend
Muskelschmerzen**

**Arterienverkalkung vorbeugend
Zerrungen beruhigend**

Peace 🌈 Love ❤️ Happiness 💐
Nya Mendes
#bluemezahn

