Centrum voor Energieregie

Energieregie

Overzicht

duurzame voeding

{mosimage}

Je bent wat je eet, dus weet wat! Er zijn vele theorieën, filosofiën en dogma's. In het algemeen adviseer ik: houd het simpel en erken je magistrale, alwetende lichaam als supergids. Zie, voel, hoor, ruik, proef en ervaar wat voeding met je lijf doet.

Neem de hele plant (liefst vers, wild, biologisch, onbewerkt en enkelvoudig. Volg je lijf, je hand en ontvang het eten vanuit je hart. Gebruik bewust al je zintuigen), gedroogd of eventueel als extract (paddestoelen). Eten is als communicatie: hoe meer programma's je tegelijk kijkt, hoe minder je er van kunt opnemen. Enkelvoudige voeding is vele malen goedkoper en effenctiever.

Laat je lichaam het verschil zelf ervaren en neem kleine stapjes tegelijk. Test verschillende filosofiën uit: bijv. Raw Food, het Bloedgroep Dieet en de Ayurvedische of Macro-biotische keuken. Zelf ontbijt ik tegenwoordig met veel gevitaliseerd water, Spirulina, Chlorella en een paar druppeltje probiotics (meer details in de winkel onder resp. 'water-verlevendiging', 'duuzame voeding' en 'aarde-verlevendiging'/EM).

De webshop is niet up-to-date meer, sinds ik in september 2009 het Centrum voor Energieregie / Raw Food Restaurant Alchemist Garden aan de Overtoom opende. Het assortiment is enorm uitgebreid, o.a. met honderden nieuwe raw food producten. Eind 2012 zal de webshop worden geüpdate.
Bent u niet in de gelegenheid langs te komen in onze winkel, informeer dan naar onze artikelen en prijzen per mail: info(at)energieregie.nl of 020-334 33 35.

Arenga Palmsuiker
€ 3,00 (incl. 6 % btw)
De minst slechte suiker die er bestaat. [Product Details...]

Cacao Powder 250g
€ 8,50 (incl. 6 % btw)
Gemaakt van koud geperste, rauwe cacaobonen uit Bali. [Product Details...]

EM-X Gold
€ 70,00 (incl. 6 % btw)
De kracht van anti-oxidanten uit Effectieve Micro-organismen (EM) [Product Details...]

Jiao Gu Lan thee 100g
€ 8,00 (incl. 6 % btw)
Zoete Jiao Gu Lan, Jiaogulan (Gynostemma pentaphyllum) uit Anhui, China, Premium kwaliteit, van nature zoet. [Product Details...]

Moringa poeder Ethiopia 500g
€ 35,00 (incl. 6 % btw)
Moringa bevat een scala aan essentiÃ«le vitamines, mineralen en aminozuren. [Product Details...]