



自然療法關懷中心
Natural Homeopathy Care Center
En-Nature Sdn Bhd

15, Lebuh Lembah Permai 1
11200 Tanjung Bungah, Penang.

Tel: 04-8901279 / 8992471

✉ : enaturesb@gmail.com

🌐 : www.ennaturesb.com

www.enzymesos.com



六和果菜汁配方- 已調和陰陽寒熱 []

材料:

1. 生菜(油麥菜) 2片
- 有益於肌肉、骨質、筋和肺
2. 細芹菜 2枝
- 幫助血液循環和使血管更健康
3. 紅番茄(中) 1粒
- 使血球健康
4. 大洋蔥(白色) ¼個
- 益於心臟
5. 檸檬 ½個
- 恢復免疫能力
6. 青蘋果(連皮和子) 1粒
- 給脾提供很高的儲備能量
7. 蜂蜜 2湯匙
- 提供總能量
8. Dr.ROS飲用酵素 2湯匙
9. 飲用水適量 2到4杯

做法:

1. 用兩湯匙環保酵素對1公升水，泡45分鐘(去除農藥、重金屬、細菌及寄生蟲的卵)。
2. 用果汁機打成果汁，於個6小時內喝完。

反應情況:

腹瀉	清理腸道
嘔吐	清理胃
發高燒、出汗和經常排尿	清理血液
呼出臭氣並從體內排除痰狀物	清理肺
全身疲軟	身體正在排除廢物和毒素，細胞開始恢復健康。

米漿配方 []

材料:

1. 薏米
2. 蓮子 每種材料用手抓一把即可
3. 糙米

做法:

1. 把所有材料放在碗中，在加入水和兩湯匙飲用酵素泡兩個小時。
2. 把材料放進鍋裏煮成粥，冷卻后再用果汁機打粹。
3. 把打粹的米漿加入水煮沸后裝入保溫瓶，待用。

喝穀物奶就可以得到身體需要的營養，很適合那些有牛奶過敏或喝牛奶後會腹瀉的人。可以從蓮子和薏仁中得到很高的鈣質來恢復和增強他們的骨質，而不需要依靠鈣片。

鹼性水 []

材料:

班蘭葉、香茅、九層塔葉、薄荷葉、桑葉(有幾種就用幾種，各1或2枝即可)

做法:

1. 用兩湯匙環保酵素對1公升水，把材料泡45分鐘。
2. 把泡好材料放進煮沸的水中再煮10分鐘即可飲用。

消炎水 []

材料:

1. 小苦瓜 1粒
2. 檸檬 1粒
3. 麻瘋柑/酸柑 1粒
4. 蒜頭 2瓣
5. Dr.ROS飲用酵素 2湯匙
6. 飲用水適量 1.5 公升

飲用方法:

1. 把以上材料切成小塊后裝入1.5liter 的水瓶裏。
2. 加入兩湯匙蜜糖及2湯匙Dr.ROS飲用酵素。
3. 把水瓶裝滿飲用水浸泡后就可以飲用瓶中的水。
4. 喝完瓶中的水后再重復加入同樣分量的蜜糖、酵素及水。
5. 以上材料可以重復使用兩天，兩天後必須更換新的材料。