

Voeding gericht op de Dunne Darm

Koolhydraat/ eiwit:

Adukibonen
Amaranth

Vlees/Vis:

Fruit:

Groenten:

Spruiten
Courgette
Paardenbloem
Pastinaak

Overige:

Anijs
Kurkurma
Pompoenzaad

