

Ernährung in der Wellness-Vital-Küche:

Wir kochen mit Kristallsalz

Wasser & Salz Urquell des Lebens

Wasser ist die Grundlage allen Lebens. Wasser ist nicht nur für die Funktionsfähigkeit unseres Organismus unentbehrlich, sondern auch für unser Denken, Fühlen und Empfinden. Das beste Wasser für uns ist das reine, mineralarme, natürliche Quellwasser. An unserer Poolbar können Sie reines Schwarzwälder Quellwasser trinken.

Salz, das weisse Gold der Erde, ist für unseren Körper genauso lebensnotwendig wie Wasser. Kristallsalz enthält sämtliche Mineralien und Spurenelemente, aus denen der menschliche Körper besteht. Kochsalz besteht weitgehend aus Natriumchlorid und hat nichts mit natürlichem Salz zu tun. Natürliches Salz ist lebensnotwendig, um vitale Funktionen aufrecht zu erhalten.

Zum Würzen unserer Speisen verwenden wir Kristallsalz. Zur Sole-Herstellung für die Sole im Solebecken der Badewelt verwenden wir ebenfalls Kristallsalz.

Wenn Sie mehr zum Thema Wasser und Salz erfahren möchten, empfehlen wir Ihnen das Buch „Wasser und Salz – Urquell des Lebens“ von Frau Dr. med. Barbara Hendel/Peter Ferriera (auch erhältlich bei uns im Hotel über die Rezeption) oder besuchen Sie den Vortrag Wasser & Salz. Die Termine entnehmen Sie bitte dem Wellness-Aktiv-Programm für Bewegung und Entspannung der laufenden Woche (www.auerhahn.net).

Kristallsalz - ein Energiemeer!

Salz ist für das menschliche Leben von genauso großer Bedeutung wie Wasser. Weder ohne Wasser noch ohne Salz könnten wir überleben. Kristallsalz ist das ganzheitlich unveränderte und natürliche Salz, wie es sich auf der Erde seit Jahrtausenden kristallisiert hat. Kristallsalz enthält sämtliche Mineralien und Spurenelemente, aus denen der menschliche Körper besteht.

Aus Wasser und Salz (Sole) sowie Licht als Energieform lassen sich alle komplizierten Molekülverbindungen – auch Vitamine und Eiweißbausteine – aufbauen.

Reines Kristallsalz wird in seiner perfektsten Form geologisch auch als „Halit“ bezeichnet, in dem sich die keltischen Worte „Hall“ für Schwingung und „lit“ für Licht finden. Frei übersetzt bedeutet das Kristallsalz, der Halit, also „Schwingungslicht“ oder „Lichtschwingung“.

Reines natürliches Kristallsalz ist über Jahrtausenden enormen Druckverhältnissen ausgesetzt worden. Die Druckverhältnisse waren entscheidend für die Entstehung von Kristallsalz. Je höher die Kompression, desto höher die kristalline Struktur mit ihrem Ordnungszustand. Kristallsalz zieht sich als transparent weißlich, rosa oder rötlich schimmernde Ader durch den Salzberg. Es kristallisierte in den Bereichen, wo durch entsprechenden Druck kristalline Strukturen entstehen konnten. Im Kristallsalz liegen die Elemente in einer so kleinen Teilchengröße vor, dass sie in die menschliche Zelle aufgenommen und verstoffwechselt werden können.

Einst nannte man Kristallsalz „Königssalz“, weil es den Adeligen vorbehalten blieb. Das einfache Volk erhielt das Steinsalz. Der Abbau von Kristallsalz ist heute allerdings nicht rentabel, weil reines natürliches Kristallsalz nur sporadisch und venenartig vorkommt. Es kann deshalb nicht maschinell abgebaut und bearbeitet werden. Teilweise muss die hundertfache Menge Steinsalz abgebaut werden, um das kostbare Kristallsalz erschließen zu können.

Natürlich macht sich die Bearbeitung von Hand beim Preis von Kristallsalz bemerkbar. Dieser ist nicht mit dem von Kochsalz, Meersalz oder Steinsalz vergleichbar.