



Die Grundlagen der chin. Diätetik

Die Theorie der chinesischen Ernährungslehre

Für jedes Nahrungsmittel werden drei Eigenschaften beschrieben.
Damit kann seine energetische und therapeutische Wirkung bereits im Voraus abgeschätzt werden:



Temperaturverhalten

Das Temperaturverhalten nach der Aufnahme und Verdauung im Körper.



Geschmacksrichtung

Die Geschmacksrichtung, die etwas über die Wirkrichtung verrät.



Funktionskreis

Der Funktionskreis, d. h. wo im Körper (in welchem Organ) die entsprechende Wirkung entfaltet wird