

Keltisch zeezout en Sole



Keltisch zeezout en Sole: " een cadeau van moeder natuur"

Wat is dat; Keltisch zeezout komt uit de Guérandestreek in Bretagne, Frankrijk. In twee vormen verkrijgbaar:

- Als 'Sel gris' (grijs zout), ook wel 'gros Sel Marin' (grof zeezout) genoemd
- Als wit tafelzout, 'fleur de Sel' (bloem van het zout) genoemd

Beide vormen zijn zeer rijk aan mineralen en spoorelementen, wat een bijzonder volle en complexe smaak geeft, dat behalve zout- ook zoet- en bittertinten bevat. Van alle zouten heeft Keltisch zout het laagste gehalte aan natriumchloride en is daarmee het zachtste en 'vriendelijkste' zeezout ter wereld. Het is volledig, ongezuiverd, ongeraffineerd en onbewerkt zout, gewoon puur natuur. Het ruim tweeduizend jaar oude Keltische zoutwinningsproces is hiervoor verantwoordelijk. Ter vergelijking, het " gewone" keukenzout is een geraffineerd / bewerkt zout waar de mineralen en sporenelementen uit verdwenen zijn. Ook qua smaak wordt het Keltisch zeezout vaak ervaren als zachter en voller.

En wat is er dan Keltisch aan Keltisch zeezout: zeezout uit Frankrijk Keltisch, hoe kan dat nu is vaak een vraag. Uit de informatie van www.keltischzeezout.com kun je er het volgende over lezen: Heb je je ooit afgevraagd waarom de namen Bretagne en Groot-Brittannië zoveel gelijkenis vertonen? Dat komt omdat het Keltische rijk zich in zijn hoogtijdagen gaandeweg vanuit West-Europa uitstreekte naar onder andere de Britse eilanden. Hoe kan zeezout uit Frankrijk nu Keltisch zijn, zul je je afvragen. Denk ook aan de Galliërs uit Asterix en Obelix. Deze stripserie gaat over het Keltische verleden van Frankrijk en de strijd tussen de Galliërs en de Romeinen. In Schotland, Ierland, Wales en de zuidwestelijke provincie Cornwall wordt nog Gaelic gesproken, de oorspronkelijke Gallische (Keltische) taal. Tot op de dag van vandaag wijkt het oude Bretonse dialect volkomen af van het hedendaagse Frans en heeft het meer gemeen met het Gaelic van de Britse eilanden. Op de Britse eilanden mag de Keltische taal dan voortleven, in Bretagne is behalve de taal ook het eeuwenoude zoutwinningsproces van de Kelten bewaard gebleven. De leverancier van dit zout in Nederland, Breizh Import, dankt zijn naam aan de Bretonse naam voor Bretagne: Breizh. De eigenaar, Pascal Pichon, importeert het zout rechtstreeks van zijn broer, Patrick Pichon, in het plaatsje Batz-sur-Mer.

Hoe wordt Keltisch zeezout gewonnen: volgens speciale Keltische traditionele methode wordt dit zout handmatig gewonnen. Via een specifiek kanalenstelsel wordt water uit de koude zeestroom geleid naar verschillende ondiepe kleimoerassen. Deze zure klei heeft een tot een bepaalde hoogte neutraliserende werking op het zeer basische water. En door de verschillende moerassen een zuiverende werking. Het resulteert uiteindelijk in dat Keltisch zeezout het meest natriumarme zeezout ter wereld is. De vermenging met kleimineralen geeft het de zo eigen grijze kleur. Dit doet de mineralen inhoud ten goede. Het zout wordt voor verwerking niet gewassen, niet gedroogd en niet geraffineerd. Dat geeft een volledig intacte mineralenbalans. Een natuurlijke Keltische " zuivering installatie" waar wij van mogen profiteren.

Verschillende testen hebben aangetoond dat het zout 100% vervuilingsvrij is door deze specifieke en al oude zuiveringsmethode. Het bevat een perfecte verhouding aan mineralen en sporenelementen. De kristallen zijn uiteenlopend van grootte, en hebben een hele zachte

Keltisch zeezout en Sole

smaak. Je proeft niet alleen het zout maar ook wat aan zoet en een beetje bitter smaakcomponenten.

Waar kun je Keltisch zeezout – Sole voor gebruiken: omdat het zout doordringt tot in de cellen van je lichaam altijd om je gezondheid optimaal te voeden. Als je je moe voelt, minder alert bent, griep en verkoudheidsverschijnselen, diverse huidproblemen, enz. En zout kennen we allemaal voor culinair gebruik, echter Keltisch zeezout heeft veel meer toepassingen.

Culinair is natuurlijk wel het eerste waar je aan denk bij gebruik van zout. Het grijze zout als gebruik om mee te koken van de aardappels, pasta of rijst en het fleur de Sel om over gerechten te strooien. Als tafelzout is fleur de Sel het meest geschikt.

Mag je Keltisch zeezout verhitten: bij verhitting en koken veranderden structuur van voedingsmiddelen en daarmee ook van de mineralen. Volgens het artikel op de al genoemde site overleven de meeste mineralen dit met gemak. Wil je het zeker weten dat je alles binnen krijgt gebruik het dan door het pas toe te voegen vlak voor gebruik.

Tandpasta: Dit kun je doen door enkele korreltjes Keltisch zeezout in je mond te toppen.

Wacht tot je speeksel deze oplost en begin dan met poetsen, zowel tanden als tong poetsen.

Badzout: Ontspannende en gezonde toepassing is om er een bad mee te nemen. Je huid is het grootste orgaan van je lichaam en de mineralen dus door je huid rechtstreeks in je lichaam komen.

Planten: ook planten gedijen goed op dit mineraalwater. Gebruik hiervoor 1 vlakke theelepel Keltisch zout op 1 liter water voor de meeste sterke planten. Voor zwakkere planten ruim of de helft minder. Gebruik zo dicht mogelijk bij de wortels van de plant.

Mineraalrijke planten zijn goed voor mens en dier. De dieren die deze mineraal rijke planten eten gedijen hier goed bij. Zo ook voor je huisdieren. Huisdieren zijn vaak lichter als mensen waardoor je toe kunt met een minimale dosering Sole.

Pas op voor zout!: we worden een beetje angstig gemaakt voor het gebruik van zout. En natuurlijk kan het zo zijn dat voor jou een aanpassing nodig is. Twijfel je, overleg met je arts.

We hebben zout ook gewoon nodig. Ons lichaam heeft zout nodig voor vele processen. Ons bloed bestaat voor 0,9 procent uit mineraalzouten, de samenstelling ervan is voor 98 procent identiek aan zeezout en wordt daardoor wel een verdunde oceaan genoemd.

Hoe maak je Sole en hoe te gebruiken: Maak er een geconcentreerde zoutwateroplossing van wat we Sole noemen. Dit doe je door een glazen pot(je) te vullen met 1/3 Keltisch zeezout en 2/3 water toevoegen. Deksel erop en even schudden. Het water neemt het zout op. Er zal wat zout op de bodem blijven liggen, dit is een teken dat het water verzadigd is en niet meer zout kan opnemen. Deze oplossing is 7 tot 8 sterker dan zeewater dus ook niet gemaakt om zo op te drinken. Hoe dan wel; los 1 theelepel op in 1 glas water en dat opdrinken. Bij voorkeur in de ochtend gelijk na het opstaan en voor het slapen. De Sole kun je prima in de koelkast bewaren. Niet in de zon zetten!. Sole is een oud Keltisch woord wat een verwijzing is naar "zon".

Dit zijn slechts enkele toepassingen van Keltisch zeezout. Ongetwijfeld zijn er nog veel meer. Ik moedig je aan om andere, creatieve toepassingen te verzinnen.

Hoe gebruik jij Sole, mail het naar info@reflex-zwolle.nl

Keltisch zeezout en Sole

Bronvermelding:

Wil je nog meer lezen over dit krachtige zout, de energetische (mannelijke en vrouwelijke) werking kijk dan op www.keltischzeezout.com

Dit artikel mag u enkel gebruiken met als bron vermelding: Celien van Dalen, natuurgeneeskundig praktijk RefleX-Zwolle.

www.reflex-zwolle.nl