

# Miracolele Consumului de Fructe pe Stomacul Gol

Un articol de Cristian Iacov

Oamenii nu știu când și cum se mănâncă fructele. Corpul nostru strigă disperat după fructe. Fructul este măncarea cea mai energizantă, benefică, datatoare de viață, de confort și de armonie, care există. Fructele sunt alimentul cel mai important, cel mai bun și totodată cel mai potrivit structurii noastre. Stramosii noștri au mănecat numai fructe, zeci de milioane de ani. Măncarea pe care o consumăm lasă urme pe dinții noștri. Din studiile dinților fosilizați rezulta că primii oameni **CITESTE IN CONTINUARE**

Sursa: [secretele.com](http://secretele.com)