
Subject: Leinsamen einnehmen leicht gemacht

Posted by [markymarkymark](#) on Thu, 22 Dec 2005 23:19:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also für alle die es interessiert:

Einfach, schnell und so wie ich meine nur die ersten paar x gewöhnungsbedürftig, also nix Joghurt und son scheiss, da könnte man eh kotzen und machts nciht lang.....

Also so gehts easy:

Glas Wasser auf den Tisch

Löffel rein in den Leinsamen, ab in den Mund

nun einfach das Wasser trinken, die Leinsamen sind nach dem 2 Schluck weg, den Rest vom Glas hinterher (für viel Flüssigkeit) und fertig der ganze Lack.

Grüße
