Subject: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Figaro03 on Sat, 15 Apr 2006 10:27:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Habe gerade von Tino im Frauenforum ne Empfehlung gelesen Hirse bis zum geht nicht mehr zu essen. Zumindestens im Februar schien er da s auch zu machen.

Also hab ich mich mal ein wenig informiert. Kurz gesagt, Hirse ist sehr gesund, macht Haut und Haare schön und hilft gegen Gelenkbescherden. Stoffe darin sind Priorin, Magnesium, Kalium, Fluor und Silizium sowie noch einiges mehr.
Momentan bin ich gerade am Fasten, aber dannach wird das in meine Haferflocken integriert.

Hier sind die Quellen und Infotexte.

Inhaltsstoffe und Wirkung
http://de.wikipedia.org/wiki/Hirse
http://www.pala-verlag.de/Textteile/hirse.htm

beugt Gelenkbeschwerden vor (Leserbriefe)
http://www.vivawellness.de/prhirse.htm

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Figaro03 on Sat, 15 Apr 2006 10:31:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hier noch alte Erfahrung zu Priorin:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/5204/608/0///3aae239d
146c31bd2ffe4e9b21c6fd4e/#msg_5204

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by kkoo on Sat, 15 Apr 2006 10:45:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Figaro03 schrieb am Sam, 15 April 2006 12:31Hier noch alte Erfahrung zu Priorin:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/5204/608/0///3aae239d
146c31bd2ffe4e9b21c6fd4e/#msg_5204
nimm noch leinsamen dazu, passt doch. und vielleicht hilfts doch auch in vivo.

Subject: Für mich ist Leinsamen nicht gut

Posted by Figaro03 on Sat, 15 Apr 2006 10:49:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Verursacht Blähungen. Daher hab ich es abgesetzt.

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by Haar-in-der-Suppe on Sat, 15 Apr 2006 11:42:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

bekomm ich das in jedem supermarkt? (also leinsamen und hirse)?

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by kkoo on Sat, 15 Apr 2006 11:50:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sam, 15 April 2006 13:42bekomm ich das in jedem supermarkt? (also leinsamen und hirse)?

fast, gibt es sicher im reformhaus, oder auch bei rossmann u. solchen ladenketten.

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by Figaro03 on Sat, 15 Apr 2006 11:50:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

leinsamen gibt es oft in größeren Ketten. Hirse weiß ich nicht. sollte, falls nicht im Reformhaus schauen. Achte, dass es Vollwert-Hirse oder so ist. Also mit möglichst vielen Mineralien eben noch drin.

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by hafensaenger on Sat, 15 Apr 2006 17:25:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Leute,

soll ich mir die Hirse aus vollen Korn oder lieber geschrotet besorgen.Was meint Ihr?

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by kkoo on Sat, 15 Apr 2006 17:47:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hafensaenger schrieb am Sam, 15 April 2006 19:25Hallo Leute,

soll ich mir die Hirse aus vollen Korn oder lieber geschrotet besorgen.Was meint Ihr?

geschrotet, wenns preislich hinhaut

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by login on Sat, 15 Apr 2006 17:52:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Leute ,
ich hab mal eine andere Frage .Wo ist denn eigendlich Tino ?
Ich hatte die letzten zwei Monate kein Internet und hab leider nichts aus dem Forum mitbekommen . Ich frage nur weil er ja sonst so viele Beiträge verfast hat ,nur irgendwie in den letzten Wochen irgendwie nicht . Hab ich was verpasst ?

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by kkoo on Sat, 15 Apr 2006 17:54:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

login schrieb am Sam, 15 April 2006 19:52Hi Leute ,
ich hab mal eine andere Frage .Wo ist denn eigendlich Tino ?
Ich hatte die letzten zwei Monate kein Internet und hab leider nichts aus dem Forum mitbekommen . Ich frage nur weil er ja sonst so viele Beiträge verfast hat ,nur irgendwie in den letzten Wochen irgendwie nicht . Hab ich was verpasst ?
hat sich mal gemeldet neulich, hat wohl in der familie ein paar sachen zu klären, soweit ich weiß. wird schon wieder auftauchen...

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by login on Sat, 15 Apr 2006 17:56:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach so .
Danke

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Norwood-packt-das-an on Sat, 15 Apr 2006 23:27:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Normal bin ich ja ein sehr grosser Anhänger von natürlichen Mitteln gegen HA..
Aber bei einem agressiv anlagebedingten HA haben mir Vitamine oder Mineralien noch nie geholfen...
Ich glaube nur noch an DHT-Hemmer... Alles andere bringt einfach nichts, denn die Ursache ist

nun mal das DHT und nichts anderes.

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Haar-in-der-Suppe on Sun, 16 Apr 2006 00:42:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

oho, wenn das nicht ein sagenhaftes eingeständnis ist

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Figaro03 on Sun, 16 Apr 2006 10:25:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich nehme es ja auch nur zusätzlich, weil es eben gesund ist. Und förderlich ist das Priorin und die Kieselsäure auf alle Fälle für das Haar. Da gibts nichts. Ich denke ja auch nicht, dass mir vom Kakaopulver und den Haferflocken Haare wachsen...

Wenn jetzt übrigens auch wer Hirse essen will, dann sollte er darauf achten möglichst wenig rohe Hirse zu essen. Hirse in rohem Zustand behindert die Aktivität der Bauchspeichdrüse, und wird daher schwer verdaulich. Daher sollte sie 10 min in heißem Wasser köcheln und möglichst noch 20 min quellen. Mal schauen, wie sich das in der Praxis macht.
Hoffe wirklich, dass sich das nicht zu großem Aufwand entwickelt.

sogenannte "Braunhirse" wird vom Bundesgesunheitsamt übrigens kritisch gesehen. Also Hirse mit Schale. Man sollte daher doch lieber zur normalen Speisehirse greifen.

http://www.wdr.de/tv/service/kostprobe/inhalt/20041108/b_5.p html

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Norwood-packt-das-an on Sun, 16 Apr 2006 13:35:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Warum nimmst Du keine Kieselerde? Die gibts bei DM und kostet nur 3,50. Ich misch das immer in den schwarzen Tee mit Honig und somit habe ich immer eine Menge Silizium im Körper. Gut für Haut, Haare und Bindegewebe!

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Quick on Mon, 17 Apr 2006 21:44:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 16 April 2006 01:27Normal bin ich ja ein sehr grosser Anhänger von natürlichen Mitteln gegen HA..

Aber bei einem agressiv anlagebedingten HA haben mir Vitamine oder Mineralien noch nie geholfen...
Ich glaube nur noch an DHT-Hemmer... Alles andere bringt einfach nichts, denn die Ursache ist nun mal das DHT und nichts anderes.

zum unterstrichenen: alleine nems hat ahrscheinlich noch nie jmd. geholfen

zum fettmarkierten: hast dun glück das tino keine zeit zum texten hat

Quick

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Figaro03 on Tue, 18 Apr 2006 10:19:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wie gesagt in der Hirse ist noch Priorin drin. Und das ist ziemlich gut fürs Haar.

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Kerl1979 on Wed, 19 Apr 2006 11:28:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Leute,
haltet mich jetzt bitte nicht für bekloppt, aber ich habe heute eine 10 Kilo Lieferung Hirse bekommen. Diese werde ich nach und nach abbauen *G*. Hirse soll als Süssgras sehr gut fürs Haar sein. Mal sehn was es bringt, wenn man es mit Säge und Leinsamen zusammen anwendet.

LG Pat

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Figaro03 on Wed, 19 Apr 2006 14:20:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

LOL,
ich finds geil!

Aber vergiss bitte das Kochen nicht!!!

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Kerl1979 on Thu, 20 Apr 2006 12:30:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh man.Ich bin auch einfach zu dämlich .
Habe in geistiger Umnachtung 500 Gramm Hirse in einen Kochtopp mit Wasser geworfen. Der ist dann natürlich beim Kochen total übergequollen. Nun hab ich schon einen fetten Haufen Hirse den ich gar nicht allein vertilgen kann. Daher heisst es jetzt erstmal morgens und abends Hirse en masse. LOL

Subject: Hirseflocken gibts bei Müller günstig....(400g für 2¤)
Posted by Ralf3 on Thu, 20 Apr 2006 22:02:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

..bei DM wahrscheinlich auch...vielleicht von Alnatura (Bio) wär am besten..

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Norwood-packt-das-an on Thu, 20 Apr 2006 22:05:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kerl1979 schrieb am Don, 20 April 2006 14:30Oh man.Ich bin auch einfach zu dämlich .
Habe in geistiger Umnachtung 500 Gramm Hirse in einen Kochtopp mit Wasser geworfen. Der ist dann natürlich beim Kochen total übergequollen. Nun hab ich schon einen fetten Haufen Hirse den ich gar nicht allein vertilgen kann. Daher heisst es jetzt erstmal morgens und abends Hirse en masse. LOL

Du gefällst mir. 100% NATUR in Deinem Regimen

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Kerl1979 on Thu, 27 Apr 2006 13:06:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Figaro03 schrieb am Mit, 19 April 2006 16:20LOL,
ich finds geil!

Aber vergiss bitte das Kochen nicht!!!

Verdammt, ich hab das immer so gefressen. Hab mich schon über die gelben Körner im Kot gewundert

---

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by Greg2022 on Thu, 27 Apr 2006 14:15:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das wäre für mich wiederum ein Grund es aufzunehmen

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by Flo2006 on Tue, 08 Aug 2006 20:40:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sam, 15 April 2006 13:42bekomm ich das in jedem supermarkt? (also leinsamen und hirse)?

gibts beides im DM-Markt

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by glockenspiel on Tue, 08 Aug 2006 20:41:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Greg2006 schrieb am Don, 27 April 2006 16:15Das wäre für mich wiederum ein Grund es aufzunehmen

weil du dann blähungen bekommst?

Subject: Re: Für mich ist Leinsamen nicht gut
Posted by pilos on Wed, 09 Aug 2006 14:56:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Flo2006 schrieb am Die, 08 August 2006 22:40Haar-in-der-Suppe schrieb am Sam, 15 April 2006 13:42bekomm ich das in jedem supermarkt? (also leinsamen und hirse)?

gibts beides im DM-Markt

am besten die hirse-flocken....von dm....die kann man überall rein..sind schon richtig verarbeitet...was verdauung angeht...

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by haartertobak on Thu, 10 Aug 2006 08:11:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hirse muß gesund sein. mein nymphensittich frißt das zeug mit hingabe. und der hat auch noch alle federn auf'm kopf.

Subject: Re: Ab sofort kommt Hirse auf Speiseplan
Posted by Flo2006 on Thu, 10 Aug 2006 14:31:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

haartertobak schrieb am Don, 10 August 2006 10:11hirse muß gesund sein. mein nymphensittich frißt das zeug mit hingabe. und der hat auch noch alle federn auf'm kopf.

scheint hier so ne art running-gag zu sein

((http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/15313/ba599b0806bfd82c596aa1e4998c2b5b/?srch=Hirse+mit+Wirkung%21#msg_15313))