

# Alimentos del grupo sanguíneo 0: los alimentos los más curativos y los más dañosos - lista

de Michael Palomino (Michelón) - 1 de octubre 2016 - de: libros de Dr. Peter D'Adamo

<http://www.med-etc.com/med/heilung-o-medi/DrDAdamo/blutgruppe-0/Lista-grupo-0-alimentos-los-mas-curativos+os-mas-danosos-ESP.pdf>

|   |  |
|---|--|
| <p><b>+++ con efecto curativo (secretores y non secretores)</b></p> <p><b>Carnes</b><br/>búfalo - carnero - corazón - mollejas / lechecillas - ternera / vacuno - venado</p> <p><b>Pescados</b><br/>bacalao - cabral - esturión - lenguado - lucio - perca común - perca: lobina blanca - sábalo / arencón - pez espada - pez sol - trucha arco iris</p> <p><b>Pan:</b> pan de Essen</p> <p><b>Verduras:</b> acelga - algas kombu - alga marina - brócoli - calabaza - camotes (secr.) - cardo - cebollas - colinabo - diente de león - endibia / archicoria de Bruselas - endibia de invierno - espinaca - lechuga de Roma - nabo (hojas verdes+pezones) - okra - rábano picante - páprika rojo+ajices - repollo: col verde - topinambur</p> <p><b>Fruta</b><br/>banano - cereza - ciruelas - higo - guayabana - mango - mirtillo - nueces - pasas</p> <p><b>Bebidas y jugos</b><br/>agua mineral con gaz<br/>jugo de cereza - de ciruela - de espinaca - de guayaba - de mango - de piña</p> <p><b>Aceites:</b> aceite de oliva</p> <p><b>Condimentos:</b> alga roja - corteza de olom rojo - curry - neem - jengibre - perejil</p> <p><b>ooo alimentos neutrales para los secretores del grupo 0</b><br/><b>quesos:</b> feta - ghee - manteca de nuez de Pecán - mantequilla - mayonesa - mozzarella - queso de cabra - queso ranchero - vinagre de manzana</p> <p><b>agentes neutrales (secretores+non secretores):</b> pectina de manzana - gelatina</p> | <p><b>--- con efecto negativo dañoso (secretores y non secretores)</b></p> <p><b>Carnes:</b> Carne de cerdo - jamón - Lardo - tocino</p> <p><b>Pescado:</b> Abadejo - abalone - anca de rana - arenque a la marinera (con vinagre) - barramunda - calamar (sepia) - caracoles del mar - lucio de los grandes lagos - pescado ultracongelado - pulpo común</p> <p><b>Leches</b><br/>leche de cabra - de coco - de vaca<br/>quesos: casi todos - yogures: todos</p> <p><b>Cereales:</b> cebada - couscous - flores de harina de trigo y productos (en pequeñas cantidades ya) - harina con gluten - maíz - malta - mijo de sargo - popcorn - trigo duro y productos - trigo y productos de trigo en grandes cantidades</p> <p><b>Verduras</b><br/>acacia - alfalfa - algas azul-verdes - aloe+productos - coliflor - grano de café - judía / frijol Kidney - hongo shiitake - patatas hervidas [+papas fritas] - pepino - pultro - olivas negras - ruibarbo - taro - yuca</p> <p><b>Condimentos:</b> algas azul-verdes - almidón de maíz - flor de macis - fructosa - glucosa - jarabe de maíz - junípero - mostaza (con vinagre+trigo) - pimienta negro+rojo - vinagres</p> <p><b>Frutas:</b> cacahuets+manteca de cacahuete - castañas - cocos+leche de cocos - kiwi - litchi - mandarina - melón cantalupo - melón de invierno (honeyew) - mora - naranja+jugo de naranja - nuez cashew+mermelada de nuez cashew - nuez de Brasil - pera balsa (melón amargo) - pistacho - plátano</p> <p><b>Semillas</b><br/>girasol: pipas+compote - hayucos - sem. de amapola</p> <p><b>Aceites</b><br/>Ac. algodón - de cacahuete - de cartamo - de germen de maíz - de germen de trigo - de girasol - de onagra - de ricino - de soja</p> <p><b>Bebidas</b><br/>alcohol - café - leche de cocos - limonada - jugo de aloe - jugo de mandarina - jugo de mora - jugo de naranja - jugo de pepino - té de aloe - té negro</p> <p><b>Agentes:</b> aspartam (E951) - carrageenan (E407) - guarana - harina de guar (E412) - maltodextrina - natrium L glutamato (E621)</p> |
|---|--|