

Indice del contenuto

Premessa	pag.	7
Uomo triarticolato e pianta triarticolata	»	11
Il fiore – il frutto – il processo del seme e il sistema del ricambio	»	11
La radice e il sistema neuro-sensoriale	»	12
La foglia e il sistema ritmico, cuore – polmoni	»	15
La posizione speciale dei cereali	»	21
Tempi di ammollo – cottura – e rigonfiamento	»	24
Sole - Frumento - Domenica	»	25
Il sole	»	25
Il frumento – Triticum	»	30
<i>Considerazioni storico-culturali</i>	»	30
<i>Coltivazione</i>	»	31
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	32
Il farro – Triticum spelta	»	37
Il grano verde – Triticum spelta	»	38
Il grano saraceno – Fagopyrum esculentum	»	38
<i>Per i “Nati di domenica” – Ricette</i>	»	40
Luna - Riso - Lunedì	»	49
La luna	»	49
Il riso – Oryza sativa	»	54
<i>Considerazioni storico-culturali</i>	»	54
<i>Coltivazione</i>	»	55
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	58
<i>Riso - Ricette</i>	»	61
Marte - Orzo - Martedì	»	69
Marte	»	69
L'orzo – Hordeum vulgare	»	76
<i>Considerazioni storico-culturali</i>	»	76
<i>Coltivazione</i>	»	77
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	80
<i>Orzo – Ricette</i>	»	84
Mercurio – Miglio – Mercoledì	»	91
Mercurio	»	91
Il miglio – Panicum miliaceum	»	95
<i>Considerazioni storico-culturali</i>	»	96
<i>Coltivazione</i>	»	100
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	100
<i>Miglio – Ricette</i>	»	106

Giove- Segale – Giovedì	pag.	115
Giove	»	115
La segale – Secale cereale	»	119
<i>Considerazioni storico-culturali</i>	»	119
<i>Coltivazione</i>	»	121
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	123
<i>Segale – Ricette</i>	»	128
Venere – Avena – Venerdì	»	137
Venere	»	137
L'avena – Avena sativa	»	141
<i>Considerazioni storico-culturali</i>	»	141
<i>Coltivazione</i>	»	145
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	146
<i>Avena – Ricette</i>	»	153
Mais – Saturno – Sabato	»	161
Saturno	»	161
Il mais – Zea mays	»	170
<i>Considerazioni storicoculturali</i>	»	170
<i>Coltivazione</i>	»	174
<i>Valore nutritivo e terapeutico</i>	»	178
<i>Mais – Ricette</i>	»	184
Altre ricette	»	190
<i>Dolci e torte</i>	»	204
<i>Il pane</i>	»	222
<i>Preparazione della pasta di base (Grundansatz)</i>	»	223
<i>Pane di frumento</i>	»	225
<i>Pane per i nati della domenica</i>	»	227
<i>Pane di riso</i>	»	228
<i>Pane di orzo</i>	»	229
<i>Pane di miglio</i>	»	230
Tabella del valore nutritivo degli alimenti -		
I sali minerali e gli oligoelementi	»	236-237
<i>Pane di segale</i>	»	231
<i>Pane di avena</i>	»	232
<i>Pane di mais</i>	»	233
<i>Pane col cerchio dei pianeti</i>	»	234
Indice analitico delle voci contenute nel libro	»	238
Bibliografia	»	243