

KAPHA DOSHA LISTA DE COMPRAS

Manzanas

Brócoli

Espárragos

Espinaca

Brotes

Cilantro

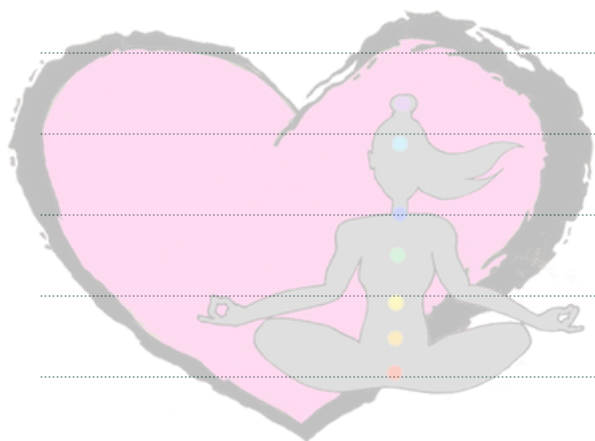
Arroz basmati*

Yellow split mung dal*

Tur dal*

Quinoa

Mantequilla clarificada



ESPECIAS

Ajo

Polvo de cúrcuma

Hojas de laurel

Semillas de comino

Granos de pimienta

Nuez moscada

Palitos de canela

Cardamomo

Clavos de olor

Agua de rosas

Hing

Sal

NOTAS

****Si no encuentras o no te gusta, cambia por:***

Arroz basmati — *Arroz blanco orgánico*

Split mung dal — *Lentejas rojas*

Tur dal — *Lentejas verdes*

Mantequilla clarificada — *Aceite de mostaza o girasol*

pranawithlove.com