

Aliments aggravant KAPHA

<u>Fruits</u>	<u>Légumes</u>	<u>céréales</u>	<u>légumineuses</u>	<u>Produits laitiers</u>	<u>Produit animaux</u>	<u>condiments</u>	<u>Noix</u>	<u>Graines</u>	<u>Huiles</u>	<u>Boissons</u>	<u>Infusions</u>	<u>Epices</u>	<u>Edulcorants</u>	<u>Supp alimentaires</u>
Ananas	Citrouille	Blé	Farine de soja	Beurre	Agneau	Algue Kelp	Amandes peulées**	Halva	Abricot	Alcools	Eglantier	Sel	Fructose	Potatium
Avocat	Concombre	Flocons d'avoine cuits	Fromage de soja	Crème aigre	Bœuf	Chocolat	Amandes trempées**	Psyllium**	Avocat	Boissons caféinées	Guimauve		Malt d'orge	
Banane	Courge	Gâteau de riz	Haricots Soissons	Crème glacée	Buffle	Chutney doux	Cacahuètes	Sésame	Carthame	Boissons gazeuses			Mélasse	
Dattes	Courgettes	Pain avec levure	Haricots soja	Fromage	Canard	Citron vert	Noisettes	Tahin	Graine de Lin	Boissons glacées			Sirop de riz	
Figues fraîches	Navets	Pancake	Miso	Lait de vache	Cuisse de dinde	Gomasio	Noix		Noix de coco	Bouillon de miso			Sirop d'érable	
Kiwi	Olives	Pates**	Sauce soja	yaourt avec des fruits	Cuisse de poulet	Ketchup	Noix de cajou		Noix de coco	Café			Sucanat	
Mangue**	Panais**	Riz brun et blanc	Tofu froid	Yaourt entier	Fruits de mer	Mayonnaise	Noix de coco		Olive	Chocolat au lait			Sucre blanc	
Melon	Patate douce			Yaourt glacé	Poisson de mer	Pickles	Noix de macadamia		Primevère	Jus acides				
Noix de coco	Tomates crues				Porc	Sauce soja	Noix de pécan		Sésame	Jus de cerise acide				
Orange					Sardine	Sel	Noix du Brésil		Soja	Jus de pamplemousse				
Pamplemousse					Saumon	Tamari	Pignons			Jus de papaye				
Papaye					Thon	Vinaigre	Pistache			Jus de tomate				
Pastèque										Jus d'orange				
Prune										Lait d'amande				
Rhubarbe										Lait de riz				
Tamarin										Lait de soja froid				
										Laitage froid				
										Limonade				
										Thé glacé				