

WODA - SMAK SŁONY, KIERUJE W GŁĄB, WZMACNIA KOŚCI, OSWOBADZA ZASTÓJ.

NARZĄDY GŁÓWNE - YIN (NERKI), YANG (PĘCHERZ MOCZOWY).

GORĄCE	CIEPŁE	NEUTRALNE	CHŁODNE	ZIMNE
	Ryby; Dorsz Flądra Homar Krab Krewetki (wszystkie rodzaje) Langusta Łosoś Małże Okoń Pstrąg Sardela Szprotki Tuńczyk Wątlusz Węgorz Ryby wędzone Mięso; Salami Szyńka surowa Mięso peklowane, wędzone, solone i suszone	Strączkowe; Bób Fasola Fasolka Azuki Groch Soczewica Soja czarna i żółta Soja czerwona Ryby; Karp Łosoś Okoń Pstrąg Mięso; Wieprzowina Pozostałe; Miso	Strączkowe; Ciecierzycza Fasola suszona Fasola Mung Soja czarna i żółta Owoce morza; Kałamarnice Ostrygi Pozostałe; Oliwki Śliwki umeboshi Napoje; Woda mineralna Woda zimna	Wodorosty; Hijiki Iziki Kombu Nori Wakame Owoce morza; Kawior Kraby Małże Mątwą Raki Przyprawy; Miso Sos sojowy (Tamari, Shoyu) Sól Pozostałe; Agar-Agar Napoje; Woda źródlana