



¿Podemos comer comida fermentada y champiñones?

Me gustaría encontrar lo que Elena White aconseja acerca de los alimentos fermentados y los champiñones. Me preocupa específicamente la salsa de soya, miso, tempeh y aún el yogurt de soya. Parecen ser alimentos saludables, pero alguien me dijo que la Sra. White menciona que no deberíamos de comerlos.

Además, ¿los champiñones entran dentro de esta categoría? Me llegué a enfermar después de comer algunos el otro día. Puede que no hayan sido los champiñones, pero mi instinto o algo me hace pensar que sí. No recuerdo haberme enfermado antes con champiñones. Una vez más, alguien dijo que la Sra. White no aconseja los champiñones o los alimentos fungi. No quiero volverme extraño en cuanto al asunto de la dieta, pero me gustaría saber si hay algunos consejos sobre estos temas.

No pude encontrar referencias en los escritos de la Sra. White en cuanto a la “comida fermentada” que usted pregunta. Tampoco hay ninguna referencia a las palabras *champiñón* o *champiñones* en sus publicaciones, y las seis referencias al *fungi* son todas metafóricas. En otras palabras, sencillamente no encuentro que ella condene los alimentos acerca de los que usted ha preguntado. Ella no se refirió a ellos.