Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 50 (1993)
Heft: 3: Die A. Vogel-Kur

Artikel: Ein (neue) Mischung aus sanften und heilkräftigen Kräutern
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557629

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Eine (neue) Mischung aus sanften und heilkräftigen Kräutern

Das weiss nicht nur der Feinschmecker: Ohne Kräuter und Gewürze wären die meisten Suppen, aber auch Salate und andere Speisen reizlos, um nicht zu sagen langweilig. Ernährungsphysiologisch betrachtet, würde ein Mensch, der sich 365 Tage im Jahr immer von den gleichen ungewürzten Speisen ernähren müsste, unweigerlich derart abmagern, dass er selbst dem extremen Schlankheitsideal unserer Zeit nicht mehr entspräche. Deshalb sind Kräuter und Gewürze als Träger vieler hundert verschiedener Geschmacks- und Aromastoffe neben den Grundbausteinen der Ernährung lebenswichtig. Eine bunte Palette davon ist in A.Vogels neuen Kräutermischungen zu finden.

Exotische Gewürze wurden im Mittelalter mit Gold aufgewogen und waren von historischer Bedeutung. Frauen, die sich in der Kunst verstanden, durch Würzen von Speisen und Getränken bestimmte Wirkungen zu erzeugen, wurden gar als Hexen verbrannt. Inzwischen sind viele der für den Menschen so günstigen Wirkungen dieser Gewürze wissenschaftlich erforscht worden. Besser noch als getrocknete Kräuter sind frische Kräuter. Aber ohne Garten und ohne den berühmten «grünen Daumen» ist es recht schwierig, gute und auch noch kontrolliert biologisch angebaute Kräuter zu finden. Um diese Lücke zu schliessen, sind die drei neuen A.Vogel-Kräutermischungen entwickelt worden. Salzfrei, dienen sie als ideale Ergänzung etwa von Herbamare oder Trocomare.

Die scharfe Variante (mit Chili) verwendet man, wenn man's mag, für alle Tomaten- und Reisgerichte, die milde (mit der Heilpflanze Parakresse gegen Mundschleimhautentzündungen und Aphten) für alle Kartoffel-, Gemüse- und Teigwarenmahlzeiten, und die pikante Variante (mit Kapuzinerkresse) eignet sich für Saucen, Dips und allerlei gebratene Speisen. Diese neuen Mischungen werden nicht gefriergetrocknet, sondern durch einen aroma- und inhaltsstoffschonenden Prozess bei niedrigen Temperaturen getrocknet.

Viele Leute müssen heute wegen ihrer Wohn- und Umweltsituation auf die selbstgezogenen Kräuter auf dem Balkon verzichten.