**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 65 (2008)

**Heft:** 6: Medizin aus dem Meer

## Titelseiten

**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**

A.Vogel

www.gesundheits-nachrichten.ch

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

Natürlich gesund leben | Juni 2008 | CHF 5.20 | EURO 3.25

## Ein Hauch von Orient: Couscous

## Wandern für Geniesser

## Medizin aus dem Meer

# Holen Sie gesunde Natur in Ihre Küche.

NEU

*«Pure Frische aus dem Kräutergarten – mit spannenden Kombinationen und überraschenden Varianten. Ein Muss für alle, die gesunde Ernährung mit Genuss und Lebensfreude verbinden wollen.»*

Vreni Giger, Köchin des Jahres 2003, Restaurant «Jägerhof», St.Gallen, Erstes Voll-Bio-Knospe-Restaurant der Schweiz mit 17-Gault-Millaut-Punkten

## Inhaltsübersicht

- Alles über gesunde Ernährung
- «Kalte Vorspeisen und kleine Gerichte»
- «Warme Vorspeisen und kleine Gerichte»
- «Hauptgerichte»
- «Süssspeisen»
- «Getränke»
- Warenkunde zu jedem Kapitel
- Ausführliches Register

Inklusive: Angaben zu Zubereitungszeit und Nährwert.

Auf einen Blick erfährt man, ob das Menü
- kalorienarm
- cholesterinfrei
- glutenfrei
- laktosefrei ist.

**Felix Häfliger/Ingrid Schindler**
**«A.Vogel für Geniesser. Natürlich frisch und gesund»**
**179 Seiten, mit über 70 ganzseitigen Fotos.**
**CHF 38.-/Euro 22.50**

**Erhältlich im Buchhandel, unter www.avogel.ch oder mit der Bestellkarte am Heftende.**