

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 77 (2020)
Heft: 11

Vorwort: Editorial
Autor: Pauli, Andrea

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: 02.05.2026

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



Lieber mal selber bücken

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Gehen Sie im November auch gerne im Wald spazieren? Und was findet sich dort vielfach auf dem Boden? Genau: die verholzten Früchte der Nadelbäume. Lange Fichtenzapfen oder die rundlichen der Föhren, gedrungene von Kiefern, die eiförmigen der Lärchen, ein wunderbares Sammelsurium, je nach Forstbestand versteht sich. (Tannen werfen ihre Zapfen übrigens nicht ab.) Ich kann nicht anders: Das eine oder andere Exemplar muss ich auflesen, um es daheim hübsch zu drapieren. Dieses (typisch weibliche?) Dekorationsfaible machen sich die Detailhändler gerne zunutze. Vergangenes Jahr ereiferte ich mich bereits darüber, dass Migros, Coop & Co. Zapfen aus China (!) verkauften. Dieses Jahr nahm man sich den Unmut kritischer Konsumenten scheinbar zu Herzen und bezieht die Ware nun aus der Türkei. Na toll. Chinesische Restposten sind wohl immer noch vorhanden. Die werden jetzt mit den türkischen Tannenzapfen gemischt, dazu kommen noch welche aus den USA, vermeldete SRF. Mir ist schleierhaft, wie man Geld für etwas ausgeben kann, was man mit einigen Mal bücken gratis als Geschenk der Natur empfangen darf. Aber ich bin ja auch unempfänglich für «Segnungen» wie gerüstete, in Scheiben geschnittene und eingeschweisste Champignons oder in Tüten verpackten Schnittsalat (von der Keimbelastung dieser Waren mal ganz zu schweigen)...

Neben dem Selberbücken im Wald plädiere ich gerne nachdrücklich fürs Selbermachen in der Küche. Der Kichererbsen-Artikel in diesem Heft ist eine gute Anregung dazu, oder? Passende Hülsenfruchtrezepte finden Sie online auf unserer Webseite: www.avogel.ch/rezepte

Geben Sie gut auf sich acht!
Herzlichst, Ihre

Andrea Pauli

Andrea Pauli
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
info@verlag-avogel.ch
www.gesundheits-nachrichten.ch