

# Zurück zu den Wurzelgemüsen!

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **54 (1997)**

Heft 11: **Arthrose beginnt mit Überlastung der Gelenke**

PDF erstellt am: **10.05.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-554928>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

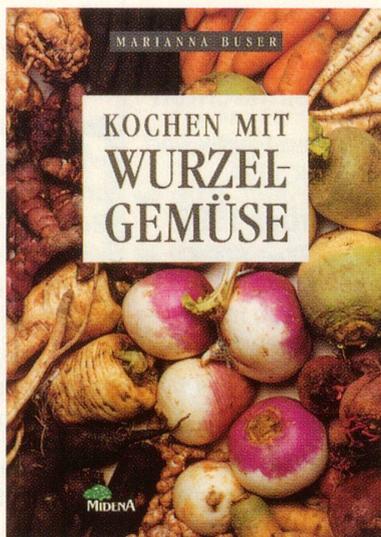
## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Zurück zu den Wurzelgemüsen!

Vor nicht allzu langer Zeit waren Knollen und Wurzeln in ganz Mitteleuropa in den Wintermonaten lebenswichtige Grundnahrungsmittel. Mit dem Aufkommen von Treibhäusern und Importmöglichkeiten hat sich das geändert. Immer mehr Wurzeln blieben, wo sie sind: im Untergrund. Gerade im Herbst und Winter ist aber unser Organismus auf die erdigen Energieknollen und die Vitalstoffe, die sie enthalten, dringend angewiesen. Herbstrübe, Kohlrübe, Knollensellerie, Pastinake, Petersilienwurzel, Rote Bete/Rande und all die anderen Wurzeln und Knollen - sie eignen sich ausgezeichnet für eine gesunde und nahrhafte Winterküche.

Mit «*Kochen mit Wurzelgemüse*» holt die Autorin Marianna Buser die beinahe vergessenen Gemüse wieder zurück auf den Esstisch. Anhand von rund 100 leckeren Rezepten zeigt sie, dass Wurzeln sowohl kraftvolle Energiespender als auch kalorienarme Gaumenschmeichler sein können.



«Kochen mit Wurzelgemüse»,  
Marianna Buser,  
Midena, 108 Seiten,  
35 Farbbilder,  
sFr. 19.-/DM 19.80/  
öS 145.-

### Bestellcoupon

JA, ich will zurück zu den Gemüswurzeln und bestelle

..... (Anzahl) «Kochen mit Wurzelgemüse»  
für sFr. 19.-/DM 19.80/öS 145,- (zzgl. MWST, und  
Versandkostenanteil)

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Bitte ausschneiden und in einem Kuvert einsenden an:**  
Verlag A. Vogel AG, Postfach 63, CH 9053 Teufen AR,  
Telefon 071/333 46 12, Fax 071/333 46 84,  
E-Mail: vavch@access.ch



*Guten Appetit!*