

Gesund mit Kurkuma

Krebshemmend. Vielseitig heilend. Mit abwechslungsreichen Rezepten

Gebundene Ausgabe

12,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Mit Genuss gesund
- Alles Wissenswerte über Kurkuma.
- Mit Farbfotos und vielen Rezepten.

185x125x10mm (LxBxH)

1. Auflage 2017

Umschlag/Ausstattung: 20

Farbfotos,

Seiten: 144

EAN: 9783776628630

Art.-Nr.: 42863

KOSMOS

Produktinformationen "Gesund mit Kurkuma"

Der unterschätzte Alleskönner: Kurkuma – auch Gelbwurz genannt – gehört zu den Ingwergewächsen und ist nicht nur ein wichtiger Bestandteil von Curry-Gewürzmischungen, sondern besitzt auch eine Vielzahl von positiven Effekten auf unsere Gesundheit: Neben den krebshemmenden und antioxidativen Wirkungen beugt es Lungen- und Darmerkrankungen vor. Zudem attestieren zahlreiche Studien Kurkuma einen positiven Einfluss auf Demenzerkrankungen. Das entzündungshemmende Curcumin ist eine kleine Allzweckwaffe gegen zahlreiche Beschwerden – deswegen spielt Kurkuma schon seit Ur-Zeiten in der ayurvedischen Medizin eine wichtige Rolle. Zeit, dieses kleine Wundermittel für uns zu nutzen!

