

# Gesund mit Ingwer

Das vielseitige Heilmittel für  
körperliche und geistige Fitness

Taschenbuch  
Ellen Heidböhmer

**10,00 €**  
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Bewährte Hausmittel und aktuelle Wellness-Trends.
- Praktische Tipps und Anwendungen von A bis Z.
- Rezepte zum Heilen und Genießen.

185x125x10mm (LxBxH)  
9. Auflage 2019  
Umschlag/Ausstattung: 20  
Farbfotos,  
Seiten: 128  
EAN: 9783776628456  
Art.-Nr.: 42845

**KOSMOS**

# Produktinformationen "Gesund mit Ingwer"

Ingwer ist eine besondere Heilwurzel, deren Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten weit über den Einsatz als exotisches Würzmittel hinausgehen.

Dieses Buch gibt einen kurzen Überblick über die Geschichte des Ingwers, enthält Informationen über die Inhaltsstoffe dieser besonderen Wurzel und bietet viel Wissenswertes zur Verwendung von Ingwer als Heilmittel und zahlreiche leckere Rezepte.

## Autor\*innen

Ellen Heidböhmer

Ellen Heidböhmer, geb. 1963, beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit Pflanzenheilkunde, alternativen Heilmethoden und Traditioneller Chinesischer Medizin. Sie hat zahlreiche Artikel und Bücher zu Gesundheit und Selbstfürsorge veröffentlicht und arbeitet als freie Autorin und Übersetzerin. Für di...

[Mehr zur Person](#)