

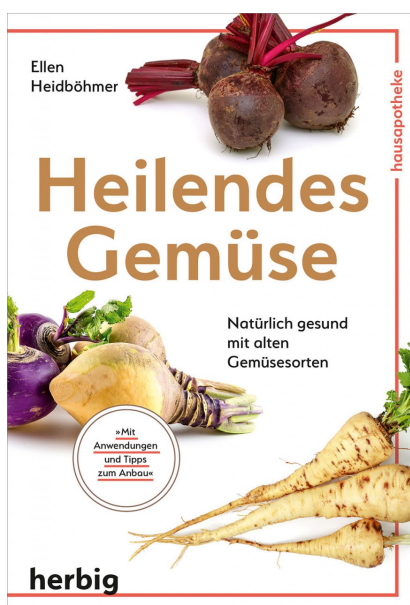
Heilendes Gemüse

Natürlich gesund mit alten
Gemüsesorten

Taschenbuch
Ellen Heidböhmer

12,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

KOSMOS



- Heilen und genießen mit historischen Gemüsesorten.
- Bewährte Hausmittel und aktuelle Wellness-Trends.
- Praktische Tipps und Anwendungen von A bis Z.
- Rezepte aus Großmutter's Küche.

186x126x12mm (LxBxH)

1. Auflage 2021

Umschlag/Ausstattung: 21

Farbfotos,

Seiten: 128

EAN: 9783968590080

Art.-Nr.: 45008

Produktinformationen "Heilendes Gemüse"

Viele alte Gartengemüse wie Gelbe Beete, Steckrübe, Petersilienwurzel, Stielmus, Pastinake oder Portulak sind nicht nur Vitaminspender, sondern auch kraftvolle Heilpflanzen. Ellen Heidböhmer porträtiert die besten Sorten mit Inhaltsstoffen und gesundheitlichen Wirkungen. Sie beschreibt konkrete Heilanwendungen und stellt leckere Rezepte zum gesunden Genießen vor. Extrakapitel bieten praktische Tipps zum Anbau im eigenen Garten und vergessenes Wissen aus Großmutter's Küche und Hausapotheke.

Autorinnen und Autoren

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.

[Mehr zur Person](#)