

# Ein (neue) Mischung aus sanften und heilkräftigen Kräutern

Autor(en): [s.n.]

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **50 (1993)**

Heft 3: **Die A. Vogel-Kur**

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-557629>

## **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.

## Eine (neue) Mischung aus sanften und heilkräftigen Kräutern

Das weiss nicht nur der Feinschmecker: Ohne Kräuter und Gewürze wären die meisten Suppen, aber auch Salate und andere Speisen reizlos, um nicht zu sagen langweilig. Ernährungsphysiologisch betrachtet, würde ein Mensch, der sich 365 Tage im Jahr immer von den gleichen ungewürzten Speisen ernähren müsste, unweigerlich derart abmagern, dass er selbst dem extremen Schlankheitsideal unserer Zeit nicht mehr entspräche. Deshalb sind Kräuter und Gewürze als Träger vieler hundert verschiedener Geschmacks- und Aromastoffe neben den Grundbausteinen der Ernährung lebenswichtig. Eine bunte Palette davon ist in A.Vogels neuen Kräutermischungen zu finden.

Exotische Gewürze wurden im Mittelalter mit Gold aufgewogen und waren von historischer Bedeutung. Frauen, die sich in der Kunst verstanden, durch Würzen von Speisen und Getränken bestimmte Wirkungen zu erzeugen, wurden gar als Hexen verbrannt. Inzwischen sind viele der für den Menschen so gün-

stigen Wirkungen dieser Gewürze wissenschaftlich erforscht worden. Besser noch als getrocknete Kräuter sind frische Kräuter. Aber ohne Garten und ohne den berühmten «grünen Daumen» ist es recht schwierig, gute und auch noch kontrolliert biologisch angebaute Kräuter zu finden. Um diese Lücke zu schliessen, sind die drei neuen A.Vogel-Kräutermischungen entwickelt worden. Salzfrei, dienen sie als ideale Ergänzung etwa von Herbamare oder Trocomare.

Die scharfe Variante (mit Chili) verwendet man, wenn man's mag, für alle Tomaten- und Reisgerichte, die milde (mit der Heilpflanze Parakresse gegen Mundschleimhautentzündungen und Aphten) für alle Kartoffel-, Gemüse- und Teigwarenmahlzeiten, und die pikante Variante (mit Kapuzinerkresse) eignet sich für Saucen, Dips und allerlei gebratene Speisen. Diese neuen Mischungen werden nicht gefriergetrocknet, sondern durch einen aroma- und inhaltsstoffschonenden Prozess bei niedrigen Temperaturen getrocknet.



**Viele Leute müssen heute wegen ihrer Wohn- und Umweltsituation auf die selbstgezogenen Kräuter auf dem Balkon verzichten.**