

Buchtip Extra

Objekttyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **51 (1994)**

Heft 12: **Der grosse Energietest : wie haushalten Sie mit Ihrer Kraft?**

PDF erstellt am: **05.07.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Skurrile Abenteuer inkl. Kochrezept



Ausgestattet mit neun kleinen Olivenölkrüglein als Reisegeld und Wegzehrung, wandert Fra Bartolo, der eigentlich gar kein Klosterbruder, sondern ein Klostergärtner ist, durch die Toskana. Warum Bartolo seinen geliebten Garten verlassen muß und welche Abenteuer er auf seiner Reise erlebt, schildert Leonhard Reinirkens auf höchst unterhaltsame Weise in kleinen skurrilen Geschichten.

Reinirkens, mit zahlreichen Literaturpreisen ausgezeichnet, ist vor allem durch Hörfunk und Fernsehen bekannt geworden. Bei seinen Büchern hat man immer die Qual der Wahl: Stellt man sie in die Küche zu den Kochbüchern oder ins Regal zur Belletristik?

In einem weiteren Buch verbindet Reinirkens amüsante Lektüre und Rezeptsammlung auf gekonnte Weise. Die Titelgeschichte erzählt von drei Männern, die in einer Erdgrube auf heißer Asche einen ausgehöhlten Kürbis, gefüllt mit einer köstlichen Kürbissuppe, zubereiten. Wie bei allen anderen Geschichten findet sich im Anhang des Buches das genaue Rezept. Was die Kürbissuppe betrifft, wird sie in der banalen Realität natürlich im Backofen gegart.



Obwohl Reinirkens auch fleischlose Rezepte anbietet, sind die beiden Bände für Vegetarier ungeeignet. Ihnen empfehlen wir daher das schön und übersichtlich gestaltete Buch über Vollwertküche von Marlis Weber. Es zeichnet sich durch fachliche Kompetenz, Praxisnähe und den kulinarischen Anspruch aus. Durchdachte

Tips, nützliche Einkaufslisten und erprobte Rezepte machen die Vollwerternährung auch für Anfänger auf diesem Gebiet einfach.

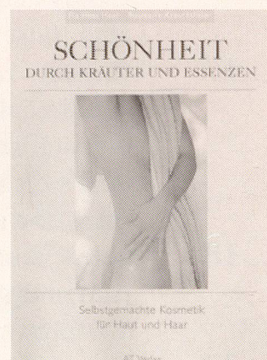
Leonhard Reinirkens, «Die kulinarischen Abenteuer des Fra Bartolo», 407 S. mit Zeichnungen von Tony Munzlinger, sFr./DM 39.80.

Leonhard Reinirkens, «Der letzte Kürbis und andere Freßgeschichten», 159 S. illustriert von Sepp Buchegger, sFr./DM 29.80.

Marlis Weber «Vollwertküche - leichter Einstieg», 191 S., 16 Farbtafeln, sFr./DM 19.80.

Alle Titel erschienen im Walter Hädecke Verlag, D-71263 Weil der Stadt.

Haut wie Milch und Honig aus Kräutern und Essenzen



Das Buch ist von zwei Fachfrauen geschrieben und basiert auf langjähriger Erfahrung mit Kosmetikkursen. Pia Hess Heer ist ausgebildete Drogistin und stellt selbst Naturkosmetik her. Rosmarie Krauchthaler hat als Krankenschwester und

Lehrerin für Krankenpflege große Erfahrung in der Verarbeitung von Heilpflanzen. Die Autorinnen offerieren eine Fülle von Rezepten, basierend auf natürlichen Rohstoffen, Kräutern und Essenzen, zur eigenen Herstellung von Frischkosmetik für Haut und Haare: Cremes, Lotionen und Shampoos, natürliche Haarfärbeprodukte, Parfums und vieles mehr.

Neben grundsätzlichen Informationen zu Aufbau und Pflege der Haut und Erklärungen zu den verwendeten Rohstoffen finden sich auch Kapitel, die Spezialprobleme behandeln: Pflege von Kleinkindern und Männern, Behandlung von Akne und Wohlbefinden in der Schwangerschaft.

Pia Hess Heer und Rosmarie Krauchthaler, «Schönheit durch Kräuter und Essenzen, Selbstgemachte Kosmetik für Haut und Haar», 160 S., viele (Farb-)Fotos, AT Verlag, CH-5001 Aarau, sFr. 38.-/DM 39.80.