

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Band: 54 (1997)
Heft: 5: Küchen-Heil-Künste : exotische Früchte : Kräuter und Gewürze :
Ayurveda

Vorwort: Editorial
Autor: Schindler, Ingrid

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 19.10.2024

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

INHALT

| | |
|---|----|
| DER NATUR | |
| AUF DER SPUR | 4 |
| THEMA DES MONATS | |
| Aromatherapie in der Schwangerschaft | 6 |
| ERKRANKUNGEN DER GALLE | |
| Wie man vorbeugt | 12 |
| AUF DEM SPEISEPLAN | |
| Rettich/Radieschen | 15 |
| EXOTISCHE HEILPFLANZEN IV | |
| Rambutan, Karambole, Litchi und Durian | 16 |
| BIOLOGISCH BAUEN | |
| Häuser ganz aus Holz | 18 |
| DIE PRAKTISCHE SEITE | 22 |
| BILD DES MONATS | 23 |
| VENENERKRANKUNGEN | |
| 10 Fragen - 10 Antworten | 24 |
| AYURVEDA UND ERNÄHRUNG | |
| Essen, was das Herz begehrt | 26 |
| BIOGARTEN | |
| Das ist im Mai zu tun | 28 |
| LESERFORUM | |
| Erfahrungsberichte und neue Anfragen | 30 |
| NEU IM VERLAG A.VOGEL | |
| A.Vogel's Heil- und Küchenkräuter | 33 |
| BLICK IN DIE WELT | 35 |
| BLICK IN DIE SCHWEIZ | 36 |

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Kochen ist immer ein Thema, und zurzeit ein besonders wichtiges, wenn man in die Auslagen der Buchhandlungen schaut. Schweinebraten & Co. und Nouvelle Cuisine sind natürlich mega-out, die Essspirale dreht sich munter weiter in Richtung «Gesunde Küche». Verständlich ist dies allemal, dass parallel zur Aufbruchsstimmung der Genfood-Industrie und Mikrowelle einerseits und dem Vormarsch der Müeslifront andererseits das Thema Essen um das Thema Gesundheit keinen Bogen mehr machen kann.

Also, was sagt mir meine Buchhändlerin, was ich morgen kochen soll? An vorderster Linie steht die getrennte Kost, deren Idee zwar schon von vorgestern stammt, aber Marktwert erst jetzt geschätzt wird. Dazu haben wir im März-Heft eine Fachfrau zu Wort kommen lassen. Gleichzeitig erobert die Schlacht der Basen gegen die Säuren die Theken, auch nicht neu und im April-Heft im Gespräch. Im Mai endlich langen wir da an, woher der dritte Wind weht, nämlich von fern. Indien steht wieder auf dem Programm, diesmal nicht für Ausreisser und Aussteiger, sondern für Bewusste. Die «Ayurvedische Küche» oder «Kochen nach den fünf Tibetern» sind angesagt. Man darf gespannt sein, wann wir die Küche der drei Mongolen, sieben Indianer oder 12 Irokesen entdecken sollen.

Doch bevor ich Ihnen nun die Wissenschaft um Kapha, Pitta und Vatta ans Herz lege - nachzulesen auf S. 28 -, möchte ich die Frage stellen: Warum in die Ferne schweifen, wo das Gute ist so nah? Vor der Haustür, auf dem Balkon, in Wald, Flur und Gartenbeet wächst so manches Kraut, das unerkannt dem Kochtopf entgeht. Jetzt beginnt die Saison der einheimischen Kräuter und Küchenpflanzen, die wir so vielfältig zu unserem Wohle nutzen könnten, dass die Speisepläne der Inder oder Tibeter verblassen würden. Damit Ihnen die gesunde, raffinierte und vielseitige Kräuterküche leicht von der Hand geht, haben wir ein neues Buch verfasst. In leicht nachvollziehbaren Rezepten für A wie Arnika bis Z wie Zitronenmelisse zeigt Ihnen «A. Vogel's Heil- und Küchenkräuter», was Sie alles mit einem kleinen Stück Natur anfangen können. Für Gesundheit, Schönheit und Genuss, aber auch für Haus, Garten und die Haustiere.

Herzlichst, Ihre


