

Wolf D. Storl

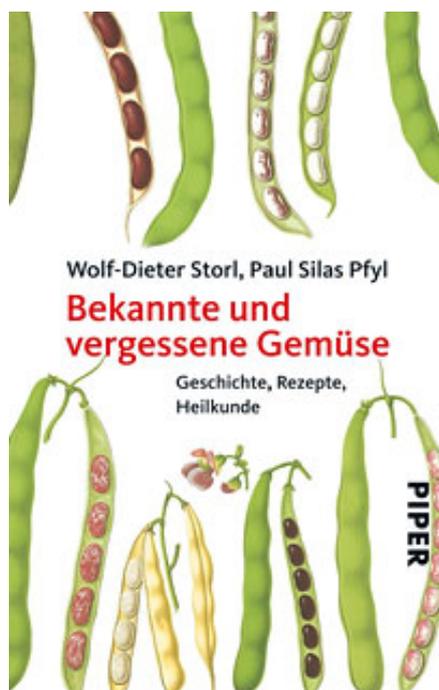
Bekannte und vergessene Gemüse

Leseprobe

[Bekannte und vergessene Gemüse](#)

von [Wolf D. Storl](#)

Herausgeber: Piper Verlag



<http://www.unimedica.de/b15360>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung, vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

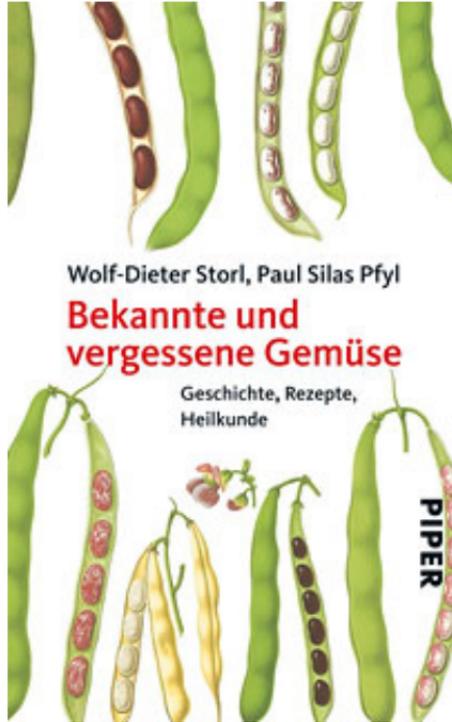
<http://www.unimedica.de>



INHALT

7	Einführung: Pflanzen, die mit dem Menschen tanzen
8	Vom Naturgarten zum pflanzlichen Zoo
10	Nahrung als Medizin: Die Heilkraft gewöhnlicher Gemüse und Wildpflanzen
11	Womit ernähren wir uns?
17	Schamanennahrung
21	Der Garten
23	Heilkräfte der Gemüse
24	Hinweis zu den planetarischen Zuordnungen
25	Bekannte Gartengemüse
26	Aubergine, Eierfrucht
31	Bohne
42	Chicoree, Zichoriensalat, Radicchio
49	Erbse
58	Feldsalat, Nüsslisalat
65	Fenchel
72	Gurke
81	Kartoffel
90	Kohl
101	Kopfsalat, Lattich
108	Kürbis, Squash
117	Lauch, Porree
125	Möhre, Karotte
132	Okra
137	Paprika, Peperoni und Pfefferschote
145	Pastinake
152	Rettich und Radieschen
159	Rote Bete (Rande) und Mangold
168	Schinkenwurzel, Nachtkerze
175	Schwarzwurzel
181	Sellerie
188	Spargel
196	Spinat
205	Tomate
213	Topinambur

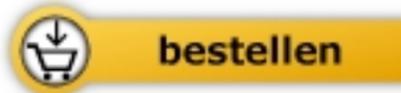
220	Zwiebel
228	Zuckermais
235	Vergessene, seltene und wenig bekannte Gemüse
236	Grüner Fuchsschwanz
240	Guter Heinrich
245	Haferwurzel
247	Klettenwurzel
252	Knollenziest
255	Malven
260	Neuseeländerspinat
262	Speisechrysantheme, Shungiku
267	Tagilie
270	Wurzelpetersilie
275	Zuckerwurzel
279	Vergessene, seltene und wenig bekannte Salate
280	Gartenrauke, Rucola
283	Portulak, Burzelkraut
288	Rapunzel-Glockenblume
292	Schlafmohn
296	Senfblatt
301	Winterpöstlein, Kubaspinat
304	Kosmisch kochen: Die planetarische Küche des Arthur Hermes
315	Bibliografie
318	Rezeptverzeichnis
320	Stichwortverzeichnis



Wolf D. Stori

[Bekante und vergessene Gemüse](#)
Geschichte, Rezepte, Heilkunde

336 Seiten, kart.
erschienen 2014



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedica.de