

Die Heilkraft täglicher Lebensmittel

Kochen – Heilen – Genießen

Julia Gruber

208 Seiten, Broschur,

ISBN: 978-386826-174-5

EUR 9,99 ET Dezember 2018



Dieses Buch liefert alle wichtigen Informationen zu den Heilwirkungen unserer pflanzlichen Lebensmittel. Beschrieben werden die jeweiligen Inhaltsstoffe und was sie für unsere Gesundheit bedeuten. Ob zur Vorbeugung, Gesunderhaltung oder Linderung bei Beschwerden und Krankheiten – erfahren Sie, wie Sie genussvoll das Beste für Ihren Körper tun können.

- Obst, Gemüse, Getreide, Nüsse – alle wichtigen Sorten
- Mit interessanten historischen und botanischen Informationen
- Über 60 Rezepte mit besonderer Heilwirkung für Küche und Hausapotheke, die zum Nachkochen und Genießen einladen
- Auch die jeweilige Wirkung auf die Seele wird aufgeführt

Julia Gruber studierte Architektur. Nach dem Abschluss folgten mehrjährige Ausbildungen in Geomantie, Shiatsu und Kinesiologie. Sie veröffentlichte bereits zahlreiche erfolgreiche Bücher und Kartensets.

***Gerne schicken wir ein kostenloses Rezensionsexemplar zu:
Dr. Jennifer Lorenzen-Peth,
presse@koenigsfurt-urania.com oder Tel.: 04334 1822007***