

Literaturempfehlungen

Vegetarisch und vegan

Die grüne Küche

David Frenkiel, Luise Vindahl / Köstliche vegetarische Ideen für jeden Tag

Vegetarisch kochen für jeden Tag

Tanja Dusy / Informativer Theorieteil und viele kreative Rezepte, schön bebildert

Vegetarisch aus aller Welt

Troth Wells / Zahlreiche nicht alltägliche Rezepte mit schönen Bildern

Vegetarisch vom Feinsten

Bettina Matthaei / Kulinarisch beeindruckende und unkomplizierte Rezepte

Vegetarisch basisch gut

Natasha Corrett/Vicki Edgson / Vital mit 100 einfachen basischen Rezepten, inkl. Infoteil

Das vegane Familienkochbuch

Jasmin Hekmati / Unkomplizierte Rezepte und toller Infoteil über vegane Basics

Alte Gemüsesorten neu gekocht

Keda Black / Rezepte, wunderschön dargestellt

Kinder

Essensspass für kleine Kinder

Edith Gätjen / Rezepte für jeden Kindertyp

Glutenfrei

Das andere Getreide

Erica Bänziger / Glutenfrei kochen und backen mit Quinoa, Amaranth & Co.

Glutenfrei – Iss dich gesund – Das Backbuch

Naumann Goebel Verlag, NGV / Glutenfreie Rezepte für Brote, Kuchen, Gebäck salzig und süss

Grüne Smoothies

Grüne Smoothies

Andrea Nossem / Geniesserrezepte für jede Jahreszeit

Grüne Smoothies

Victoria Boutenko / Pionierin der Grünen Smoothies, mit Rezeptteil

Kräuter und Diverses

Hexentrank und Wiesenschmaus

Gisula Tscharner, Heinz Knieriemen / Wildkräuter- und Wildfrüchte-Rezepte

Essbare Wildpflanzen

Steffen Guido Fleischhauer, Guthman, Spiegelberger / Bestimmung und Verwendung

Das Kokosbuch

Peter Königs

Heilkraft D

Dr. Nicolai Worm / Vitamin D

Heilende Öle

Günter A. Ulmer / 28 Pflanzenöl-Portraits