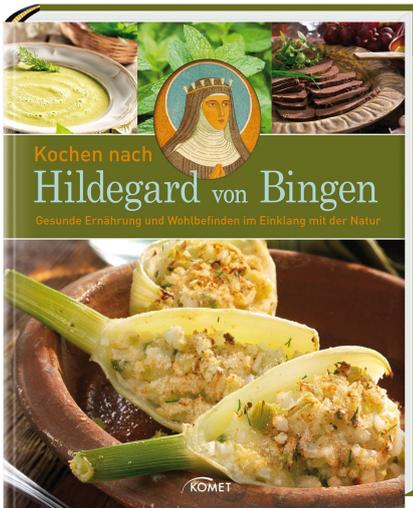


---

# Kochen nach Hildegard von Bingen

## Gesunde Ernährung und Wohlbefinden im Einklang mit der Natur

### Himmlisch Kochen mit Hildegard von Bingen



- Gesunder Koch- und Backgenuss nach den Kriterien der Hildegard-Lehre
- Mehr als 80 wohltuende Rezepte mit stimmungsvollen, brillanten Foodfotos
- Mit einer ausführlichen Einführung in Hildegards Lebens- und Heilmittelkunde

Hildegard von Bingen (1098–1179) war überzeugt davon, dass bestimmten Lebensmitteln große Heilkräfte innewohnen. Dieses wunderschön gestaltete Kochbuch präsentiert nach einer ausführlichen Einführung in die Lebens- und Heilmittelkunde der Äbtissin mehr als 80 wohltuende Rezepte, in denen von Hildegard hoch geschätzte Nahrungsmittel wie Dinkel, Kastanien und Quitten sowie Gewürze wie Bertram, Galgant und Quendel gesunden Genuss versprechen.

#### **Zielgruppe:**

Alle Freunde der gesunden Küche

Komet Verlag GmbH

gebunden, zahlreiche farb. Abb.

256 Seiten, Format 21 x 26 cm

---

ISBN: 9783869412740  
12,99 EURO