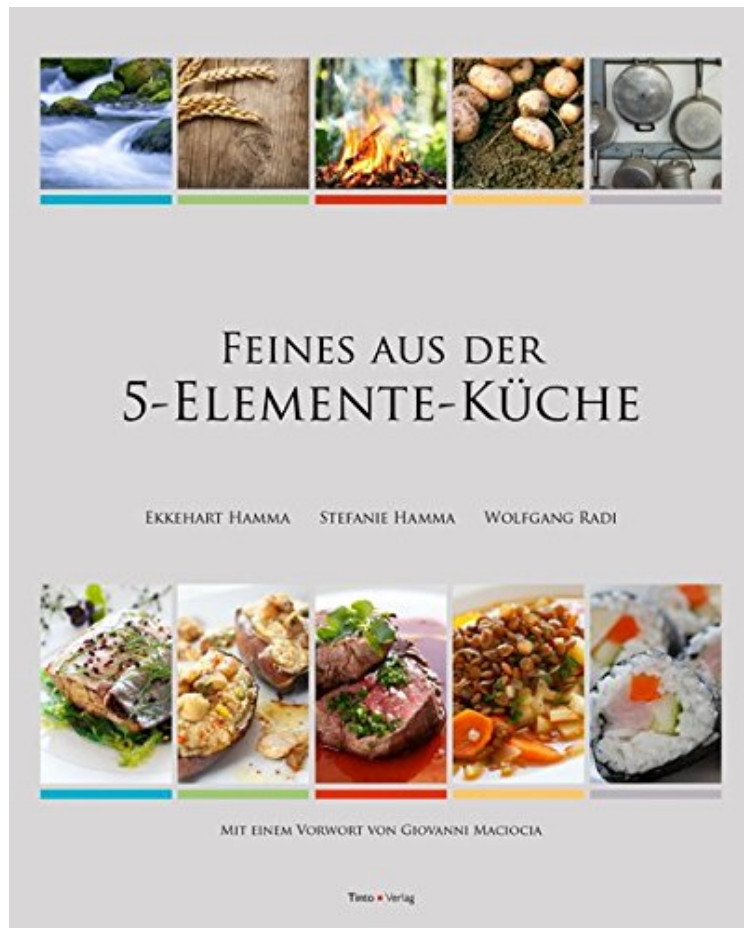


(Online library) Feines aus der 5-Elemente-Küche

Feines aus der 5-Elemente-Küche

Von Ekkehart Hamma, Stefanie Hamma, Wolfgang Radi
*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrang: #451716 in BcherMarke: TintoVerffentlicht am: 2013-02-08Erscheinungsdatum: 2013-02-08Abmessungen: 12.09 x 1.06b x 9.96l, 3.79 Pfund Einband: Gebundene Ausgabe288 Seiten | File size: 17.Mb

Von Ekkehart Hamma, Stefanie Hamma, Wolfgang Radi : Feines aus der 5-Elemente-Küche before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Feines aus der 5-Elemente-Küche:

ProduktbeschreibungOriginal ohne Schutzumschlag-Untere Einbandkanten mit leichten BedrckungenBuch wirkt unbentzt-Gut und liebevoll verpackt- Versand nach Deutschland und sterreich(wertversichert)-Mehrkosten trgt der Verkufer-10%Rabatt und 1x Porto-Bezahlen bei Mehrfachbestellungen-fr Versand in andere Lnder mich bitte anmailen-danke!-

PressestimmenAusgezeichnet beim Gourmand International Cookbook Award in Paris 2010 in der Kategorie Gesundheit und Ernhrung als bestes deutschsprachiges Kochbuch und auf Platz 4 weltweit. (Tinto Verlag,

Hannover) Kurzbeschreibung Mit dem Buch Feines aus der 5-Elemente- Küche leisten die Autoren Stefanie Ekkehart Hamma und Wolfgang Radi einen Beitrag zu einer bewussteren, nachhaltigeren und die Sinne ansprechenden Ernährung. Mit ihren Rezeptvorschlägen ermöglichen Sie dem Leser, dem Vorsatz, etwas zum Besseren zu verändern, auch Taten folgen zu lassen. Sich täglich mit vertretbarem zeitlichem und finanziellem Aufwand mindestens zwei Mahlzeiten zuzubereiten, die schmecken, zu Wind, Wetter, Sonnenschein passen und dabei dem Körper ermöglichen, sich aus den gegessenen Lebensmitteln kräftigend zu ernähren. Spaß an der Zubereitung und Genuss beim Essen, stehen in diesem Buch im Gleichgewicht mit Zeitökonomie und Nachhaltigkeit. Das Buch verfolgt keine medizinischen Intentionen, sondern dient im doppelten Sinn dem Gleichgewicht der Erde: Während alle anderen Elemente stärker oder schwächer zur Yin- oder Yang-Seite streben, stehen im Element Erde Yin und Yang im Gleichgewicht. Da die Erde als Element im Sinne der 5-Elemente-Lehre mit dem Organ Mitte verbunden ist, stärken und pflegen die Rezepte vor allem die Mitte.