



## **Kurztext**

---

Bernhard Hobelsberger / Prof. Dr. Jürgen Vormann / Ira König

### **Dr. Food für Seele, Gehirn und Nerven**

**Die besten Ernährungsstrategien für geistige  
Leistungsfähigkeit und innere Balance**

208 Seiten, mit ca. 100 Farbfotos

Nicht definiert

19,99 € (D) / 20,60 € (A) / 26,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-7270-9



Dr. Food lässt gesunde Ernährung erleben: Durch eine völlig neue Form der visuellen Aufbereitung werden komplexe wissenschaftliche Themen leserfreundlich dargestellt – leichtes Erfassen und grundlegendes Verstehen garantiert. Zahlreiche Infografiken, locker geschriebene Texte und eine abwechslungsreiche Gestaltung laden ein zum Entdecken: Im Fokus stehen dabei Nahrungsmittel als wirksames medizinisches Heilmittel. Denn Heilung und Genuss schließen einander nicht aus, ganz im Gegenteil! Davon zeugen auch die 30 leckeren Rezepte, die dieses Gesamtpaket in Sachen „Gesunde Ernährung“ abrunden.

GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 12, 81675 München

Internet: [www.gu.de](http://www.gu.de), [www.graefe-und-unzer.de](http://www.graefe-und-unzer.de)

Text und Abbildung können Sie honorarfrei zur Bewerbung der Titel in Ihrem Shop verwenden.