

Presseinformation

Prof. Dr. med. Dietrich Grönemeyer, Volker Mehl

Heilsam kochen mit Ayurveda

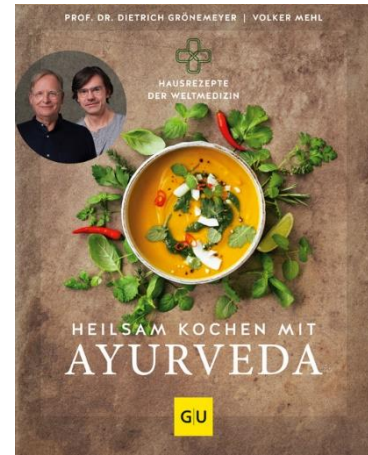
Umfang: 240 Seiten

Format: 21 x 26,5 cm, Pappband

Preis: 29,99 € (D)/ 30,90 € (A)/ 39,90 SFr

ISBN: 978-3-8338-7315-7

Erscheinungsdatum: Mai 2021



Deutschlands bekanntester Ganzheits-Mediziner und der bekannteste Ayurveda-Koch bringen jetzt das erste ernährungsmedizinische Kochbuch zum Thema Ayurveda

Professor Dr. Dietrich Grönemeyer engagiert sich leidenschaftlich für die ganzheitliche Medizin. In diesem Buch erklärt Dietrich Grönemeyer seinen Weg zum Ayurveda und schlägt die Brücke zur westlichen Wissenschaft. Zusammen mit dem renommierten Koch und Ernährungsexperten Volker Mehl erklärt er anschaulich, wie die jahrtausendealte Heilkunst funktioniert und wie sie uns helfen kann – oft sogar, wenn die Schulmedizin nicht weiter weiß. Im großen Rezeptteil finden Sie einfache, aber äußerst raffinierte Gerichte, die den Gaumen kitzeln und die Selbstheilungskräfte in Schwung bringen: Sie finden schnell von den häufigsten Beschwerden zu den passenden Rezepten. Gemeinsam mit Professor Grönemeyer werden sie feststellen: „Es schmeckt einfach hervorragend!“

Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer ist Radiologe, Medizinunternehmer, Autor und gemeinnütziger Stifter. Er gilt als einer der führenden Gesundheitsexperten in Deutschland und hat zahlreiche Bestseller verfasst. Er führt eigene Stiftungen zum Thema ganzheitliches Heilen und ist hoch geschätzter Gast in TV- und Radiosendungen. www.dietrich-groenemeyer.com

Volker Mehl ist als Ernährungsberater und Yogalehrer in seinem Ayurveda Gesundheitszentrum und seiner Ayurveda Kochschule in Heppenheim an der hessischen Bergstraße tätig. Er gilt als Deutschlands angesagtester Ayurvedakoch, beschäftigt sich seit über zwanzig Jahren mit ganzheitlichen Heilmethoden, hat aktuell 12 geschrieben und ist zweifacher Gewinner des Gourmand World Cookbook Award. www.volkermehl.com