

Inhaltsverzeichnis Ernährungsrundbrief 2-2023



Seite	Inhalt
1	Editorial
2	Hirse –Körner mit Vergangenheit und Zukunft Marianne Nitsche
7	Hirse – nährstoffreich und heilsam Brigitte Kengeter
11	Der süße Brei - Märchen Gebrüder Grimm
11	AKE Mitgliederversammlung 2023
12	Vielfältige Hirsearten
15	Demeter Hirseanbau Gutshof Alt Prerau Interview mit Maria Harmer
18	Hirseprodukte aus der Naturmühle Strobl Interview mit Christof Strobl
20	Die Hirse im Kindergarten Katharina Ebner
21	Die liebe Henne Hirsega – Hühnergeschichte Fam. Traidl
25	Meine Einstellung zur Ernährung Dr. Stefan Schmidt-Troschke
27	Rezepte mit Hirse
31	Pilze und Algen in der Nahrung Petra Kühne
35	Der Eichblattsalat– saisonales Gemüse
38	Berichte: Pflanzliche Vielfalt erleben, Treffen des Zukunftskreises Ernährung – Gedanken zur Ernährung an der Schwelle
42	Verein: Online Kurs mit Gespräch und Übungen
43	Physische und spirituelle Diät – Rudolf Steiner
44	Umschau
49	Büchertipps
37	Impressum