

<b>Editorial</b>	.....	1
<b>Bienen und Honig</b> Katharina Grieger	.....	2
<b>Der Lebensprozess Wärme</b> Marianne Nitsche	.....	7
<b>Wie kann eine Diät helfen?</b> Petra Kühne	.....	12
<b>Von der Kunst einen Brei zu kreieren</b> Ulrike Richter	.....	17
<b>Moderne Kleingartenkultur</b> Petra Kühne	.....	21
<b>Anbau im Saisongarten</b> – Interview mit Ulrike Eichler	.....	25
<b>Rezepte mit dem Urgetreide Emmer</b>	.....	29
<b>Verein</b> – Emmer, ein modernes, altes Getreide	.....	33
<b>Meine Einstellung zur Ernährung</b> Isabell Hildermann	.....	34
<b>Pflanzenportrait</b> – Aronia	.....	36
<b>Haferplätzchen backen für das Weihnachtsfest</b> Bericht aus Ungarn Familie R. und H. Traidl	.....	40
<b>Bericht</b> Biodynamische Samenproduktion in Portugal	.....	45
<b>Exotische Hülsenfrüchte</b> - die Mungbohne	.....	48
<b>Umschau</b> Hülsenfrüchte, neue Produkte – Hafer, Arzneipflanze Fleischverbrauch in Deutschland	.....	51
<b>Büchertipps</b>	.....	54
<b>Kinderseite</b> – Der rettende Acker	.....	59
Impressum	.....	24

Der AKE e.V. ist als gemeinnützig anerkannt. Spenden und Mitgliedsbeiträge sind abzugsfähig.  
Zur Überweisung von Mitgliedsbeiträgen, Abo-Gebühren und Spenden sind die Konten, auch  
für Auslands-Überweisungen im Impressum, S. 24  
Umschlagbild: Emmerpflanzen *Foto AKE*