

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 12: Der grosse Energietest : wie haushalten Sie mit Ihrer Kraft?

**Buchbesprechung:** Buchtip Extra

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 14.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Skurrile Abenteuer inkl. Kochrezept



Ausgestattet mit neun kleinen Olivenölkrüglein als Reisegeld und Wegzehrung, wandert Fra Bartolo, der eigentlich gar kein Klosterbruder, sondern ein Klostergärtner ist, durch die Toskana. Warum Bartolo seinen geliebten Garten verlassen muß und welche Abenteuer er auf seiner Reise erlebt, schildert Leonhard Reinirkens auf höchst unterhaltsame Weise in kleinen skurrilen Geschichten.

Reinirkens, mit zahlreichen Literaturpreisen ausgezeichnet, ist vor allem durch Hörfunk und Fernsehen bekannt geworden. Bei seinen Büchern hat man immer die Qual der Wahl: Stellt man sie in die Küche zu den Kochbüchern oder ins Regal zur Belletristik?

In einem weiteren Buch verbindet Reinirkens amüsante Lektüre und Rezeptsammlung auf gekonnte Weise. Die Titelgeschichte erzählt von drei Männern, die in einer Erdgrube auf heißer Asche einen ausgehöhlten Kürbis, gefüllt mit einer köstlichen Kürbissuppe, zubereiten. Wie bei allen anderen Geschichten findet sich im Anhang des Buches das genaue Rezept. Was die Kürbissuppe betrifft, wird sie in der banalen Realität natürlich im Backofen gegart.



Obwohl Reinirkens auch fleischlose Rezepte anbietet, sind die beiden Bände für Vegetarier ungeeignet. Ihnen empfehlen wir daher das schön und übersichtlich gestaltete Buch über Vollwertküche von Marlis Weber. Es zeichnet sich durch fachliche Kompetenz, Praxisnähe und den kulinarischen Anspruch aus. Durchdachte

Tips, nützliche Einkaufslisten und erprobte Rezepte machen die Vollwerternährung auch für Anfänger auf diesem Gebiet einfach.

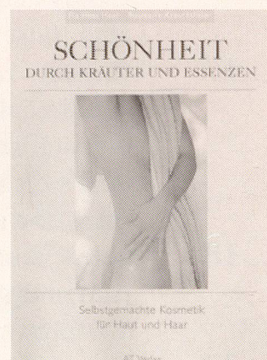
Leonhard Reinirkens, «Die kulinarischen Abenteuer des Fra Bartolo», 407 S. mit Zeichnungen von Tony Munzlinger, sFr./DM 39.80.

Leonhard Reinirkens, «Der letzte Kürbis und andere Freßgeschichten», 159 S. illustriert von Sepp Buchegger, sFr./DM 29.80.

Marlis Weber «Vollwertküche – leichter Einstieg», 191 S., 16 Farbtafeln, sFr./DM 19.80.

Alle Titel erschienen im Walter Hädecke Verlag, D-71263 Weil der Stadt.

## Haut wie Milch und Honig aus Kräutern und Essenzen



Das Buch ist von zwei Fachfrauen geschrieben und basiert auf langjähriger Erfahrung mit Kosmetikkursen. Pia Hess Heer ist ausgebildete Drogistin und stellt selbst Naturkosmetik her. Rosmarie Krauchthaler hat als Krankenschwester und Lehrerin für Krankenpflege große Erfahrung in der Verarbeitung von Heilpflanzen. Die Autorinnen offerieren eine Fülle von Rezepten, basierend auf natürlichen Rohstoffen, Kräutern und Essenzen, zur eigenen Herstellung von Frischkosmetik für Haut und Haare: Cremes, Lotionen und Shampoos, natürliche Haarfärbeprodukte, Parfums und vieles mehr.

Neben grundsätzlichen Informationen zu Aufbau und Pflege der Haut und Erklärungen zu den verwendeten Rohstoffen finden sich auch Kapitel, die Spezialprobleme behandeln: Pflege von Kleinkindern und Männern, Behandlung von Akne und Wohlbefinden in der Schwangerschaft.

Pia Hess Heer und Rosmarie Krauchthaler, «Schönheit durch Kräuter und Essenzen, Selbstgemachte Kosmetik für Haut und Haar», 160 S., viele (Farb-)Fotos, AT Verlag, CH-5001 Aarau, sFr. 38.-/DM 39.80.