

Jacqueline Fessel Margrit Sulzberger Erich Grasdorf^q" ^

Getreide

Eine kleine Kulturgeschichte
und viele Vollwertrezepte der neuen Art

Mit Stimmungsbildern von Ernst Fretz
und Rezeptfotos von Lotti Bebie

ATVerlag

Inhalt

7	Eine kleine Kulturgeschichte
33	Wie wertvoll ist Vollwert?
36	Der Weizen
62	Die Gerste
68	Der Roggen
76	Der Hafer
84	Die Hirse
94	Der Reis
102	Der Mais
112	Körner, die gar kein Getreide sind
118	Rezeptverzeichnis