

**Josef Pies**

# **Milch - aber natürlich!**

**So gesund ist naturbelassene Milch**

**Illustriert von Britta van Hoorn**

**DINK CONCEPT**

VAK Verlags GmbH  
Kirchzarten bei Freiburg

# Inhalt

Einleitung . . . . .	7
Das Land, wo Milch und Honig fließen. . . . .	10
Die Industrialisierung der Milch . . . . .	14
Milch, ein ganz besond'rer Saft . . . . .	17
Vom Ursinn und Unsinn des Pasteurisierens. . . . .	19
Vermurkste Milch . . . . .	25
Das Homogenisieren und seine Folgen. . . . .	33
Vorzugsmilch - sauber und sicher. . . . .	36
Milch als Krankheitsüberträger? . . . . .	40
EHEC - der Supergau für Vorzugsmilch. . . . .	43
Rohmilch als Heilmittel. . . . .	45
Die Milch ist, was die Kuh frisst . . . . .	53
Rohmilch ist besser verträglich bei Milchunverträglichkeiten	56
Rohmilchkäse - eine kulinarische Köstlichkeit. . . . .	58
So machte man es früher. . . . .	61
Zum Schluss. . . . .	64
Anschriften von Vorzugsmilch-Erzeugerbetrieben. . . . .	66
Literatur. . . . .	68
Über den Autor. . . . .	70