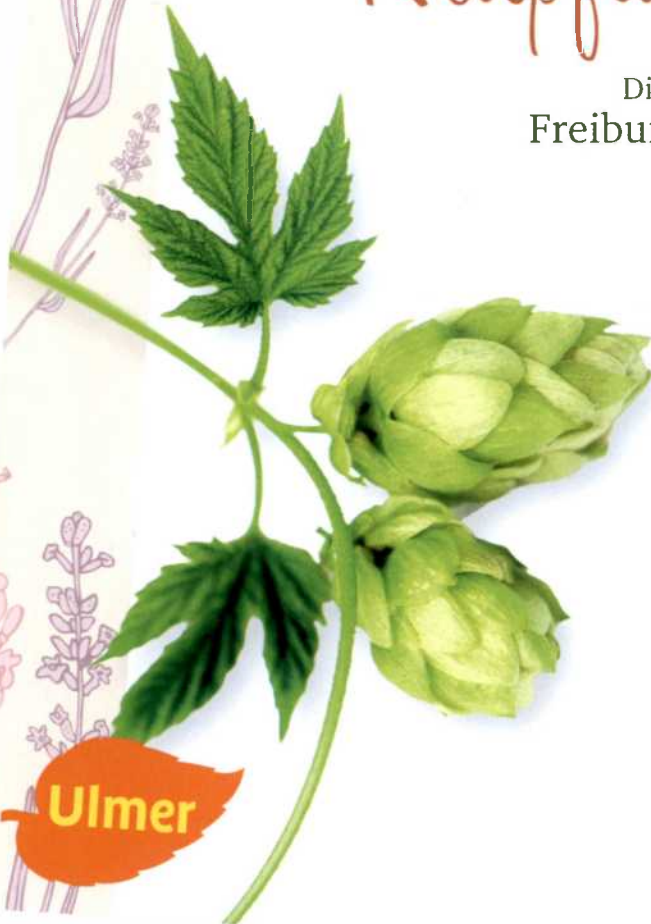


Ursel Bühring

Heilpflanzenrezepte

Die besten aus der
Freiburger Heilpflanzenschule



Ulmer

WARUM TUN HEILPFLANZEN SO GUT? 6

VIELFÄLTIG ANGEWENDET 8

Gutes für den Bauch

APERITIF UND DIGESTIF 12

ES RUMORT UND SCHMERZT 20

KEINE LAUS ÜBER DIE LEBER 24

Abwehrbereit

STARKES IMMUNSYSTEM 30

ERKÄLTET! 36

KEINE GRIPPE BITTE 48

FRÜHJAHRSKUR 52

ALLES FLIESST ... 58

Haut und Seele

GESUNDE SCHÖNE HAUT 62

FÜR STARKE NERVEN 74

Schmerz, Herz und Kreislauf

KOPFWEH 82

BEWEGLICH BLEIBEN 86

HERZUNTERSTÜTZER 92

FÜR DEN KREISLAUF 98

Jung und Alt, Frau und Mann

FÜR KINDER 106

WELL-AGING 112

FÜR FRAUEN 118

FÜR MÄNNER 128

Noch mehr Infos

ÄTHERISCHE ÖLE 136

BEZUGSQUELLEN 138

ZUM WEITERLESEN 139

SCHNELL NACHGESCHLAGEN 140

DIE AUTORINNEN UND AUTOREN 142