

Im 8.-23. Tausend erscheint:

**Der große Erfolg:
Frucht- u. Gemüsediat!**

Das Kochbuch für Heute

von

Luise Menzel

Leiterin des Kurheims Menzel in Oberlingen

Geleitwort von

Dr. med. Nik. Müller

München

Das Handbuch für die
naturgemäße Ernährung

Die Vitamin-Kost!

Hier haben wir das anerkannte Handbuch der praktisch modernen Hausfrau vor uns. Dieses Kochbuch zeigt die ganze Ernährung kurz, einfach und praktisch auf: Ein Kochbuch mit Rezepten, eine Ernährungslehre, eine Speisefolge für „bessere Tage“, die Küche im Wandel der Jahreszeit, die Heilwirkung der Nahrungsmittel und einen Ratgeber für die Beköstigung auf Reisen. Alle Nahrungsmittel werden auf ihre Wirkung untersucht, besonders die belebende Wirkung auf die Drüsen. Dadurch, daß die Rohkost, wie auch die Vitamin- und Salinbildung in der Darstellung weitgehend berücksichtigt wurde, ist das Buch ein sicherer Führer auf dem Wege zur Gesundheit, Kraft und Schönheit.

Z

Preis M. 2.-

Über 300 neue
praktisch erprobte Rezepte

Die Diät für jeden Tag

Rainer Wunderlich ♦ Leipzig

Gesamtauslieferung des Lebensweiser-Verlages, Gettenbach-Gelnhausen

