

Editorial	1
Obst als Lebensmittel		
Petra Kühne	2
Der Obstteller – Mandalas für meine Wöchnerinnen		
Georgina Feuerbach	6
AKE Jahres- und Mitgliederversammlung 2017	11
Lebensprozess: Erhaltung		
Marianne Nitsche	12
Ernährung für Menschen mit Down-Syndrom Teil 2		
Anita Pedersen	17
Aus Heilpflanzen die Sonne gewinnen: Ölmazerate		
Karin Mecozzi	22
Das Maulbeerbaumgeheimnis – Bericht aus Ungarn		
Familie R. und H. Traidl	27
Rezepte für Brat- und Backlinge	29
Info Maulbeeren	36
Tee – Hausgetränk und Heilmittel	37
Hülsenfrüchte – die Ackerbohne	40
Berichte Landwirtschaft und Ernährung, Fachtagung 2017– 20 Jahre IG Für gesunde Lebensmittel	44
Umschau	48
Büchertipps	53
Obst-Silben-Rätsel	57
Impressum	35

Der AKE e.V. ist als gemeinnützig anerkannt. Spenden und Mitgliedsbeiträge sind abzugsfähig.
Zur Überweisung von Mitgliedsbeiträgen, Abo-Gebühren und Spenden sind die Konten, auch
für Auslands-Überweisungen im Impressum, S. 35
Umschlagbild: Obstteller *Foto AKE*