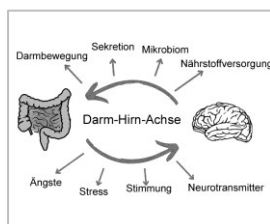


Ernährungsrundbrief 3-2024

Seite Inhalt



- 2 **Darm und Gehirn stehen im engen Dialog**
Ela Wallner
- 6 **Eine Einführung zum Thema Mikrobiom**
Heidi Leonhard
- 10 **Mikrobiom und Ernährung**
Petra Kühne
- 14 **Mikrobiom und Autismus**
Anita Pedersen
- 17 **Die Freude am Fermentieren**
Viola Peters Möllecken
- 21 **Vom Bauchdünger zum Gehirndünger**
Rudolf Steiner
- 22 **Pioniere der milchsauen Gärung**
- 25 **Das Darm-Mikrobiom aus ärztlicher Sicht**
Interview mit Dr. Renate und Dr. Markus Karutz
- 27 **Vollwertige Speisen mit Getreide und Pseudogetreide**
- 33 **Meine Einstellung zur Ernährung**
Bettina Holenstein
- 34 **Spendenaufruf**
- 35 **Berichte** Kochseminar auf dem Dottenfelderhof
Ernährung erleben mit allen Sinnen - Hauswirtschaftstagung
- 41 **Verein AKE Mitgliederversammlung**
- 43 **Saisonales Gemüse: Spitzkohl**
- 45 **Umschau** Mikrobiom-Testindustrie benötigt strengere Regulierung -
Das Mikrobiom des Bodens – Was ist ein veganer Block – Xylit mit
erhöhtem Risiko für Herzkrankheiten und Schlaganfälle?
- 49 **Büchertipps**
16 **Impressum**