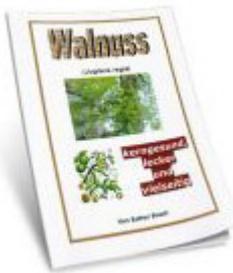




Walnuss - lecker, kerngesund und vielseitig



"Walnuss - kerngesund, lecker und vielseitig"

Walnussbaum - der Methusalem unter den Bäumen

Walnussbäume (*Juglans regia*) gehören zu den ältesten bekannten Bäumen überhaupt.

Ihre Geschichte geht zurück bis ins Jahr 7.000 vor Christus.

Aus ihrer Heimat in Persien gelangten sie über Zentralasien und China bis in antikes Griechenland, später auch ins Römische Reich. Die Römer siedelten die Nuss später in nördlichen Breiten an.

Der Botaniker zählt übrigens die Walnuss nicht zu den echten Nüssen wie z.B. die Haselnuss, sondern zu den Steinfrüchten.

Nicht nur die Früchte sind bei Genießern begehrt, auch das Holz des Baumes gilt als besonders edel.

Naturheilkundige stellen aus den Blättern des Walnussbaumes außerdem Tinkturen und Aufgüsse gegen Hauterkrankungen und Magen-Darmentzündungen her.

Geschichtliches der Walnuss, Inhaltsstoffe und Wirkungsweisen sowie Anwendungsgebiete und Darreichungsformen stellen nur einen Teil der Broschüre dar.

Im zweiten Teil finden sich süße leckere Walnussrezepte sowie ausgefallene und herzhaft-gaumengenüsse ein.

Format: DIN A 5 Broschüre 44 Seiten 5,- Euro