



Susanne Hornfeck/Nelly Ma/Gende He

Die acht Schätze der chinesischen Heilküche

dtv Ratgeber
Mit Abbildungen
Originalausgabe
192 Seiten

ISBN 978-3-423-34125-7
EUR 9,90 € [D] EUR 10,20 € [A]
ET 5. Auflage 2014

Susanne Hornfeck, Nelly Ma, Gende He

Die acht Schätze der chinesischen Heilküche

»Dieses Buch ist ein echtes ›Schatzkästchen‹ an Tipps und Rezepten für Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden.« Die Aktuelle

Die Acht ist in China eine heilige Zahl, die für Reichtum und Fülle steht. Und auch die traditionelle chinesische Medizin (TCM) kennt acht wahrhafte »Schätze«, die auf genussvolle Weise Gesundheit und ein langes Leben fördern: Soja, Ingwer, Knoblauch, Pilze, Rettich, Chinakohl, Zwiebeln und Sesam. Ihre Heilwirkungen sind vielfältig: ein stabiles Immunsystem, makellose Haut, gute Nerven oder Vitalität bis ins hohe Alter sind nur einige davon.

Von jeher widmen sich die Chinesen mit großer Leidenschaft und Akribie dem Sammeln, Weitergeben und Verbessern von wirksamen Rezepten. Die besten von ihnen haben die Autorinnen jetzt in diesem kleinen Ratgeber versammelt. Wie in ihrem Buch ›Chinesische Hausmittel‹ verraten sie auf kurzweilige und praktische Weise, wie sich aus den acht »Schätzen« mit wenig Aufwand köstliche und heilkräftige Gerichte zaubern lassen. Alle Rezepte sind einfach nachzukochen, und neue, hierzulande noch weitgehend unbekanntere Zubereitungsarten von vertrauten Gemüsen sorgen für kulinarische Überraschungen.

Pressekontakt

Diana Hasenpflug
E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117
Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



© Nursen Özlükurt

Susanne Hornfeck

Susanne Hornfeck, Dr. phil, ist Germanistin und Sinologin, Autorin und Übersetzerin. Fünf Jahre lebte und lehrte sie in Taipei. 2007 wurde sie mit dem renommierten C.H. Beck Übersetzerpreis ausgezeichnet.

Nelly Ma

Nelly Ma ist in Peking aufgewachsen und hat auch dort studiert. Sie lebt seit 1979 in Deutschland und war bis 2010 Universitätsdozentin für chinesische Sprache in Passau. Heute arbeitet sie als freie Dolmetscherin und Übersetzerin für Chinesisch.

Weitere Bücher von Susanne Hornfeck

- China in kleinen Geschichten, dtv Literatur, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-09512-9
- Torte mit Stäbchen, dtv Reihe Hanser, E-Book, ISBN 978-3-423-40924-7
- Chinesische Hausmittel, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-41204-9
- Die acht Schätze der chinesischen Heilküche, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-41248-3
- Mulan
Verliebt in Shanghai, dtv Reihe Hanser, E-Book, ISBN 978-3-423-42907-8
- Torte mit Stäbchen, dtv Reihe Hanser, Klappenbroschur, ISBN 978-3-423-62500-5
- Ina aus China, dtv Reihe Hanser, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-62673-6
- Mulan
Verliebt in Shanghai, dtv Reihe Hanser, Klappenbroschur, ISBN 978-3-423-65022-9

Weitere Bücher von Nelly Ma

- China in kleinen Geschichten, dtv Literatur, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-09512-9
- Chinesische Hausmittel, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-41204-9
- Die acht Schätze der chinesischen Heilküche, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-41248-3

Weitere Bücher von Nelly Ma

Pressekontakt

Diana Hasenpflug

E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117

Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



- China in kleinen Geschichten, dtv Literatur, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-09512-9
- Chinesische Hausmittel, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-41204-9
- Die acht Schätze der chinesischen Heilküche, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-41248-3

Pressestimmen

»Das Büchlein hätte ich gern in drei Exemplaren: einmal für zu Hause, für unterwegs und fürs Büro.«

Die tageszeitung

»Dieses Buch ist ein echtes ›Schatzkästchen‹ an Tipps und Rezepten für Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden.«

die aktuelle

»Schön, schlank und entspannt mit asiatischen Heil-Geheimnissen – Susanne Hornfeck und Nelly Ma verraten, wie es geht.«

Laura

»Die Rezepte klingen köstlich und keinesfalls aufwändig in der Zubereitung.«

sandammeer.at

»Chinesische Hausmittel, die mindestens so viel Erstaunen hervorrufen wie die Ratschläge der Urahnen.«

Ratgeber Neues Deutschland

»Mit wenig Aufwand heilkräftige Gerichte zaubern! Hiermit klappt ´s. Alle Rezepte sind einfach nachzukochen.«

Welt der Frau

»Das Werk zeigt, wie sich mit wenig Aufwand köstliche Gerichte zubereiten lassen, die gleichzeitig heilsam auf das Wohlbefinden des Körpers wirken. «

EssenZ

Pressekontakt

Diana Hasenpflug

E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117

Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG

Tumblingerstraße 21

80337 München