



Ursula Asamer: Blätter, Knospen, Rinde & Co.

Posted on 28. November 2022



Autorin: Ursula Asamer

Titel: Blätter, Knospen, Rinde & Co.

Heimische Speiselaubbäume für Küche und Gesundheit

ISBN: 978-3-7020-1954-9

Verlag: Leopold Stocker Verlag GmbH

Erschienen: 2022

Klappentext:

Das uralte Wissen um heimische Speiselaubbäume wird mit diesem besonderen Buch wiederbelebt: Was findet man in der Natur und wie kann es verwertet werden? Welche Blätter, Knospen, Rinden, Baumsäfte oder Wurzeln sowie Früchte von heimischen Laub und Nadelbäumen können sowohl in der Küche als auch in der Kosmetik und für gesundheitliches Wohlbefinden verwendet werden? Werden sie zubereitet oder roh genossen? Worauf muss geachtet werden?

In über 200 Rezepten für Küche und Gesundheit werden alte Traditionen mit modernen Zubereitungen und Anwendungen kombiniert. Zahlreiche Ideen und neue umsetzbare Vorschläge sowie einfache Rezepte bereichern über das ganze Jahr den Speiseplan und den Lebensalltag. Auch naturheilkundliche Aspekte werden in Form von selbst hergestellten Salben, Essenzen, Baumkosmetik und vielem mehr vorgestellt. Der Fantasie und der eigenen Kreativität in der Naturküche sind keine Grenzen gesetzt.



Rezension von [Anna Lemberger](#)

Welche Bedeutung haben die Bäume für uns Menschen?

Dieser Frage widmet sich die Autorin in ihrem neuen Buch mit ganz besonderer Expertise. Neben einer genauen Beschreibung unserer heimischen Bäume führt Ursula Asamer alle Bereiche des Lebens an, in der Bäume für uns Menschen von Bedeutung sind: Angefangen von Austauschmehlen aus Blättern, über Konservierungsmöglichkeiten von Nahrungsmitteln durch die Blätter bestimmter Bäume, eingesetzt als (Ge)Würze bis hin zu Heilmitteln aus der Baumapotheke ist alles zu finden.

Aber auch die Bedeutung des Holzes als Räuchermittel, über eine Vielzahl von Rezepten über süß, sauer, bis hochgeistig können in diesem wunderbaren Buch nachgelesen und daraus nachgemacht werden.

Die Autorin, die eine Ausbildung in ärztlicher Assistenz und als komplementärmedizinische Therapeutin besitzt, verbindet in einzigartiger Weise Naturheilkunde mit Schulmedizin und aktiviert mit ihrem sehr gelungenen und lehrreichen Buch altbekanntes Wissen und verbindet es mit Moderne.

Der Lesende profitiert nicht nur vom enormen Wissen der Autorin, sondern auch von ihrer umfangreichen Literaturrecherche.

Ich setze die Einleitung des Buches an den Schluss: „Bäume sind Heiligtümer! Wer mit ihnen zu sprechen, wer ihnen zuhören weiß, erfährt die Wahrheit. Sie predigen nicht Lehren und Rezepte, sie predigen das Urgesetz des Lebens.“



Sie schätzen die [Buchkritiken](#) in der Dorfzeitung?

Freunde helfen der Dorfzeitung durch ein Abo (=Mitgliedschaft)! Wir sind sehr stolz auf die Community, die uns unterstützt! Auf diese Weise ist es möglich, unabhängig zu bleiben.

Es gibt zwei einfache Wege, zum Freund der Dorfzeitung zu werden.**Überweisung der Abogebühr** (ohne Kreditkartenabo)

Sie werden für ein Jahr ein außerordentliches Vereinsmitglied (ohne Rechte und Pflichten) des Herausgebervereins (Kulturverein Dorfzeitung KULTUR online) zum Jahrespreis von 54 €. Es ist dazu ihre Post- und E-Mailadresse notwendig, damit wir die Rechnung für den Mitgliedsbeitrag schicken können. Nach Eingang der Zahlung bekommen Sie einen Steady-Gastzugang für 1 Jahr. Verlängerungen sind möglich. [Kontaktformular >](#)

Direktabo mit Kreditkartenzahlung

Ein weiterer Weg ist ein Direktabo via Steady, wie es im Folgenden beschrieben und angeboten wird.

INSERT_STEADY_CHECKOUT_HERE