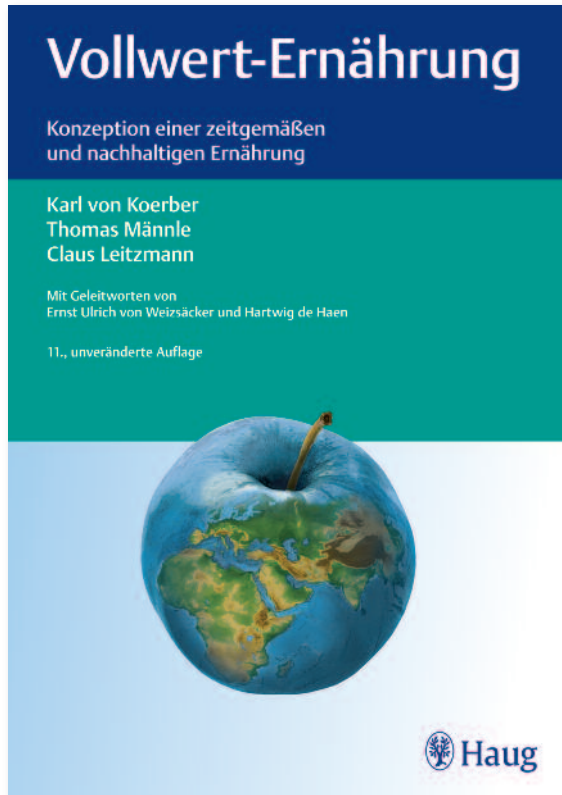


# Die Hintergründe einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung



Das Fachbuch von  
Dr. Karl von Koerber,  
Thomas Männle,  
Prof. Dr. Claus Leitzmann

Vollwert-Ernährung  
ISBN 978-3-8304-7494-4  
€ 49,99 [D]

Erfahren Sie, wie Vollwert-Ernährung die eigene Gesundheit fördert, die Umwelt schont, faire globale Wirtschaftsbeziehungen ermöglicht und so zu mehr sozialer Gerechtigkeit führt.

Dieses Standardwerk erläutert Ihnen die gesundheitlichen, ökologischen, ökonomischen und sozialen Vernetzungen und die damit verbundenen Probleme unserer Ernährungsweise. Dazu bietet es mögliche Lösungswege an, ohne dabei den wichtigen Aspekt „Genuss beim Essen“ zu vergessen.

## Genießen und einen Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit leisten ...

„Wir freuen uns, Sie mit diesem Buch auf die spannende Reise in die Nachhaltigkeit begleiten zu können. Das Buch soll Ihnen den Start in diese Richtung erleichtern und Lust machen auf mehr – wenn Sie nicht ohnehin schon dabei sind. ...“

Dr. oec. troph. Karl von Koerber  
Hubert Hohler



In Ihrer Buchhandlung  
Titel auch als eBook

[www.trias-verlag.de](http://www.trias-verlag.de)

 TRIAS

 TRIAS  
wissen, was gut tut

**D**ieses Buch ist etwas Besonderes: Es versteht Nachhaltigkeit als Zusammenspiel von Umwelt, Gesellschaft, Wirtschaft und auch Gesundheit. Konkret geht es hier um eine ökologisch und sozial verträgliche Ernährung, ohne auf alles verzichten zu müssen. **Der Grat zwischen Genuss, gesundem Leben und Vernunft ist gar nicht so schmal wie gedacht.**

Geht das wirklich: „Genießen und dabei einen Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit leisten“? – Der langjährige Nachhaltigkeitsdenker in Sachen Ernährung, Karl von Koerber, zeigt, wie leicht das sein kann. Unterhaltsam und verständlich werden einfache Wege zu nachhaltigem Einkauf und Kochen gezeigt. Dazu gibt es über 100 saisonale Rezepte von Hubert Hohler – inspirierend, köstlich und mit regionalen Zutaten. Und dazu gesund, ökologisch sinnvoll und politisch korrekt.



**Dr. Karl von Koerber** ist Leiter der Arbeitsgruppe »Nachhaltige Ernährung« an der Technischen Universität München/Weihenstephan. In München leitet er außerdem das »Beratungsbüro für Ernährungsökologie«. Er hält Vorträge und Fortbildungen für Wissenschaftler, Multiplikatoren und Laien zu Nachhaltigkeit und Ernährung, Ernährungsökologie, Klimaschutz, Welternährung, Bio-Lebensmitteln usw.



**Hubert Hohler** ist Chefkoch an der Klinik Buchinger am Bodensee in Überlingen und verwöhnt die Gäste dort mit leckeren Vollwertgerichten. Außerdem ist er Vorsitzender von Slow-Food Bodensee und gehört dem Netzwerk der BioMentoren an, das von der UNESCO als offizielles Projekt der UN-Weltdekade »Bildung für nachhaltige Entwicklung« ausgezeichnet wurde.

Dr. oec. troph. Karl von Koerber  
Hubert Hohler  
**Nachhaltig genießen –  
Rezeptbuch für unsere Zukunft**  
164 Seiten, 50 Abbildungen  
€ 19,99 [D] / € 20,60 [A] / CHF 28,-  
ISBN 978-3-8304-6053-4

Auch als eBook erhältlich:  
E-ISBN PDF 978-3-8304-6054-1  
E-ISBN ePub 978-3-8304-6551-5

