

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-3100-7 (Print)

ISBN 978-3-8426-3101-4 (PDF)

ISBN 978-3-8426-3102-1 (EPUB)

Fotos:

Deutsche Leberstiftung, fotografiert von: medJUNGE/Anna-Katharina Junge

Cartoon Vorwort: Deutsche Leberstiftung, gezeichnet von 123comics

Abbildungen: Deutsche Leberstiftung, gezeichnet von XmoGraphics

Die Autoren und die Herausgeberin bedanken sich für die Unterstützung bei Priv. Doz. Dr. Benjamin Maasoumy, Hannover.

Originalausgabe

© 2022 humboldt

Die Ratgebermarke der Schlüterschen Fachmedien GmbH

Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

www.humboldt.de

www.schluetersche.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in diesem Buch die männliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich Personenbezeichnungen gleichermaßen auf Angehörige des männlichen und weiblichen Geschlechts sowie auf Menschen, die sich keinem Geschlecht zugehörig fühlen.

Autoren und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autoren noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Meinungen, Studien, Therapien, Medikamenten, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen. Insgesamt bieten alle vorgestellten Inhalte und Anregungen keinen Ersatz für eine medizinische Beratung, Betreuung und Behandlung.

Etwaige geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Daraus kann nicht geschlossen werden, dass es sich um freie Warennamen handelt.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Lektorat: Meike Key, KeyTextwork, Cestas

Covergestaltung: Die Feder, Konzeption vor dem Druck GmbH, Wetzlar

Layout und Satz: Die Feder, Konzeption vor dem Druck GmbH, Wetzlar

Druck und Bindung: Westermann Druck Zwickau GmbH

Weitergabe, Vervielfältigung und Druck sind nicht gestattet.

© 2022 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlüterschen Fachmedien GmbH

Das Kochbuch der Deutschen Leberstiftung

Lebererkrankungen, vor allem die Fettlebererkrankung, treten immer häufiger auf – doch sie können durch entsprechende Ernährung positiv beeinflusst werden. Für Sie als Betroffener ist daher eine gesunde und bedarfsgerechte Ernährung enorm wichtig. Leider fehlt es dafür oft an praktischer Hilfe.

Dieses Kochbuch erläutert Ihnen gut verständlich verschiedene Lebererkrankungen und die Grundlagen einer lebergesunden Ernährung. Insbesondere Betroffene mit Fettleber, Leberzirrhose, Hämochromatose, Morbus Wilson oder nach einer Lebertransplantation finden viele erprobte und für sie geeignete Rezepte. Es wurde von einem interdisziplinären Expertenteam und der Deutschen Leberstiftung erarbeitet.

Kostproben aus dem Inhalt:

- Frühstücksbowl
- Möhren-Fenchel-Suppe
- Rucolasalat mit Mango und Mozzarella
- Feigentarte mit Ziegenkäse
- Indisches Linsen-Möhren-Curry
- Gemüselasagne mediterrane Art
- Putenröllchen mit Salbei und Thymiansoße
- Schollenfilet mit Koriander-Erbsen-Stampf
- Pikante Süßkartoffelwaffeln
- Schokoladige Knusperberge
- Hefeteigbrötchen
- Alkoholfreier Himbeer-Mojito

www.humboldt.de

ISBN 978-3-8426-3100-7



**122 Rezepte mit allen
wichtigen Nährwertangaben**