

| | |
|---|----|
| Editorial | |
| Gesundheit ist mehr als Ernährung und Leben ist mehr als Gesundheit <i>Barbara Methfessel</i> | 2 |
| „An apple a day“ Ernährung und Gesundheit im Spannungsfeld zwischen Alltag und Wissenschaft <i>Gesa Schönberger</i> | 3 |
| Der schwierige Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit – Ernährungsrisiken und Missverständnisse <i>Barbara Methfessel</i> | 8 |
| „Der Kühlschrank lebt“ – Lebensmittelhygiene und Gesundheitsschutz <i>Michaela Schlich</i> | 12 |
| Wissenschaftliche Informationen – Wie kann ich diese kritisch bewerten und nutzen? <i>Brigitte Jansen</i> | 21 |
| Gesundheit braucht Genuss <i>Karolin Höhl</i> | 28 |
| Vom Wissen zum Handeln-(Wollen) <i>Ute Bender</i> | 36 |
| Hygiene – ein ungeliebtes Thema nutzbringend in den Unterricht integrieren <i>Caroline Burosch/Anja Monn/Christine Walker/ Karolin Höhl/Barbara Methfessel</i> | 40 |
| Ballaststoffe – Essbremse und Futter für nützliche Helfer <i>Gabriele Fischer/Kristin Hundisch/Ilona Morgenstern/ Carina Noack/Marion Pedak/Franziska Stürmer/Barbara Methfessel</i> | 48 |
| Sekundäre Pflanzenstoffe – unterschätzte Hilfsstoffe <i>Lisa Rösch/Daniele Stähle/Cornelia Wagner/Barbara Methfessel</i> | 52 |
| Unverträglichkeiten – Hilfen, Fehlschlüsse, Mythen, Geschäfte <i>Julia Reiner/Christina Reinwald/Kerstin Wabnigg/ Barbara Methfessel</i> | 57 |
| Aktuelles aus der Hauswirtschaft <i>Ortwin Frömsdorf</i> | 63 |