



Sharamon · Baginski
Goji – Die ultimative
Superfrucht
152 Seiten · Farbe
Euro 14,90· 15,40 (A)
ISBN 978-3-89385-544-5

Das erste Buch zur neuen Superfrucht

Die nährstoffreichste Frucht der Welt

Ihr Gehalt an Antioxidantien liegt 40mal höher als bei Orangen, sie enthält mehr B-Vitamine als jede andere Frucht, ihre Mineralien und Spurenelemente schlagen alle Rekorde. Der beispiellose Reichtum an gesundheitsfördernden Vitalstoffen macht die Goji-Beere zum ultimativen Superstar der Heilpflanzen. Über 2.700 wissenschaftliche Forschungsstudien beschäftigten sich bislang mit dem Nährstoffwunder. Jetzt entdeckt Deutschland die „Frucht der Früchte“. Dieses Buch ist der erste umfassende Ratgeber zu Goji in deutscher Sprache.

Hollywoods Rezept für Jugendlichkeit und Gesundheit

In der Chinesischen Kräuterheilkunde nimmt Goji neben Grünem Tee und Ginseng seit jeher eine herausragende Stellung ein. Auch der Westen in von der roten Frucht fasziniert: Nach dem Geheimnis ihrer Schönheit und jugendlichen Haut gefragt, antworteten zahlreiche Hollywood-Stars dieses Jahr nur: „Goji.“ In US-Magazinen gilt die Beere wegen ihres enorm hohen Gehalts an sekundären Pflanzenstoffen als „Superfood“. Bodo Baginski und Shalila Sharamon zeigen, was „Superfood“ ausmacht und verdeutlichen mit zahlreichen Beispielen, in welchem beeindruckendem Maße Goji uns bei der Immunabwehr unterstützen sowie vor Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Krebs, Herzinfarkt und Leberschäden schützen kann.

Praxistipps zum Anbau im eigenen Garten

In diesem aufwändig gestalteten Ratgeber stellt das internationale Bestseller-Team ausführlich die vielfältigen Chancen von Goji im Gesundheitsbereich vor. Goji-Sträucher wachsen in nahezu allen Regionen dieser Welt. Ein „Bonbon“ dieses Buches ist deshalb nicht zuletzt der umfangreiche Praxisteil mit Tipps für den Anbau der Beere im eigenen Garten.



SHALILA SHARAMON und BODO J. BAGINSKI sind ein erfahrenes Autoren-Duo, dessen Titel seit vielen Jahren in den Fachbestseller-Listen vertreten sind. Das „Chakra-Handbuch“ wurde in mehr als 20 Sprachen übersetzt und ist in Deutschland in nunmehr 51(!) Auflage erhältlich. Für die Recherche zu ihren Büchern reisten beide in entlegene Gebiete auf der ganzen Welt, um das alte Wissen lange vergangener Kulturen zu uns zu bringen. Beide Autoren leben an der irischen Westküste.



Windpferd Verlag
Friesenrieder Str. 45 · 87648 Aitrang · Telefon: 08343/1602 · Fax: 08343/1401

Julia Niewöhner · presse@windpferd.de · www.windpferd.de