



## Eine krumme Beere ...

... ist die Banane, botanisch korrekt gesehen. Das allerdings dürfte den vielen Babys egal sein, welche die Banane als eine der ersten Speisen nach der Muttermilch kennen lernen. Mit fortgeschrittenem Alter begegnet man hier zu Lande dann der Zünibanane, dem Bananenfrappée oder dem Bananensplit.

Ein weit vielfältigeres Angebot an Köstlichkeiten zeigt ein neues Bananenkochbuch, mit Rezepten auch aus den Regionen der Welt, aus denen die Banane vor hunderten von Jahren zu uns (exportiert) kam. Zum Beispiel «Karibisches Bananenbrot» oder «Orangen-Bananen-Rata-



toille». Zudem ist zu erfahren, wo die Banane ursprünglich herkommt, welche botanischen Besonderheiten ihr eigen sind, welche Sorten es gibt, und wie sie zum Welthandelsprodukt aufgestiegen ist, wobei dem fairen Handel ein eigenes Kapitel gewidmet ist. Ebenfalls aufgeführt sind die wertvollen Eigenschaften der Banane als Nahrungsmittel.

«Bananen. Geschichte, Anbau, Fairer Handel, Rezepte» Lucas Rosenblatt, Judith Meyer und Manfred Hailer. Edition Fona und Helvetas. 2005. Fr. 34.–. ISBN: 3-03780-198-0.

## «Grüne Apotheke»

Die «Grüne Apotheke» bietet einen Überblick über die Geschichte der Kräuterheilkunde und die Entwicklung der modernen, wissenschaftlich fundierten Phytotherapie, ein umfassendes Beschwerdenkapitel und über 100 ausführliche Kräutersteckbriefe. In dem nach Körperbereichen gegliederten Beschwerdenkapitel findet der Leser für jede Beschwerde mehrere wirksame Heilkräuter. Empfehlungen, Warnhinweise sowie Übersichtstabellen mit Bewertungen am Ende jedes Bereiches vereinfachen Auswahl und Anwendung.

«Grüne Apotheke» Dr. Jörg Grünwald, Christof Jänicke. Gräfe und Unzer. 2004. Fr. 43.70. ISBN: 3-7742-6464-3.

