

INHALT

Wasserlösliche Vitamine – Ein Update

218



209 EDITORIAL

212 KURZ & KNAPP

214 NACHLESE

SCHWERPUNKT

218 Wasserlösliche Vitamine – Ein Update

228 Fettlösliche Vitamine – Ein Update

240 Pflanzenbetonte Ernährung
Finanzielle Belastung oder Einsparpotenzial?

REPORTAGE

246 Klein, aber oho!
Linsen aus regionalem Anbau

248 LEBENSMITTELRECHT

252 WISSEN



246

Linsen aus regionalem Anbau

Mit Gemüse durch den Winter

265



274

Vitamine = gesund, gesund

WUNSCHTHEMA

Der neue Nutri-Score zur erweiterten Nährwertkennzeichnung 256

FORSCHUNG & PRAXIS

Bedürfnisse im Blick 262
Erfolgreich lehren und beraten

Mit Gemüse durch den Winter 265
10 Tipps für Familien

Authentizität und Sicherheit von Lebensmitteln 266

Ernährung und kognitive Leistungsfähigkeit 270
Fokus Mikronährstoffe

Vitamine = gesund, gesund 274
Gesundheit als Motivation?!

BÜCHER 278

AUS DEM BZfE 280

VORSCHAU/IMPRESSUM 281