



◆ Marokkanischer Gemüse-Couscous, S. 80

Nierenerkrankungen, was passiert da eigentlich?

- 10 Filter und Produzent
- 11 Niereninsuffizienz bedeutet Nierenschwäche
- 12 Die Rolle des Diabetes
- 13 Was die Niere gesund hält



◆ Spargelpesto, S. 96

Richtig essen bei Niereninsuffizienz

- 15 Eiweiß – weder zu viel noch zu wenig
- 18 Wie viel soll ich trinken?
- 20 Kochsalz: weniger ist mehr
- 21 Zu viel Phosphor macht die Knochen weich
- 24 Kalium: wichtig fürs Herz
- 30 So schmeckt die Umstellung

Rezepte – vielfältig und lecker

- 42 **Frühstücksideen**
Guter Start in den Tag!
- 56 **Kleine Gerichte**
Feines für zwischendurch.
- 78 **Hauptgerichte**
Leckerer von schnell bis aufwendig.
- 100 **Besonderes**
Überraschungen für Sie und Ihre Gäste.
- 106 **Beilagen & Saucen**
Raffiniertes für anbei.
- 116 **Süßes**
Gaumenschmeichler zum Dessert.
- 126 **Backen**
Pffiffige und pfundige Teigvariationen.

► Das Rezept zum Coverfoto finden Sie auf S. 74



► Erdbeer-Spargel-Salat, S. 62



► Marmorierte Beerencreme, S. 120