

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