



**Waltraud Wittler: Waltrauds Waldgeflüster. Geheimnisse der kreativen Pilzküche. Buch- und Kunstverlag Oberpfalz, 19,90 EUR, battenberg-gietl.de**

Herzhaftes Wildschweinfilet in Pfefferlingsrahm, feinste Pilzküchlein, frischer Kräuterseitlings-Salat – dieses Kochbuch begeistert mit bekannten Klassikern und Geheimnissen des Waldes für die moderne Gourmetküche. Mit fundiertem Wissen ergänzt Waltraud Wittler die Rezepte um nützliche Informationen, sodass jeder Waldspaziergang, jeder Marktbesuch zur Inspiration wird. Dieses Buch mit hinreißenden Fotografien von Maria Flor ist für Anfänger wie für Küchenprofis der ideale Begleiter und ein wahrer Rezepteschatz für Liebhaber von Wald-, Zucht- und Marktschwammerln.



**Manfred Renner: Schöne Beine für alle. SüdOst-Verlag, 14,90 EUR, battenberg-gietl.de**

Heilpraktiker Dr. Manfred Renner zeigt in diesem 120 Seiten starken Band, warum nicht alle Operationen am Bein nötig sind, gegeb-

nenfalls sogar schaden, und warum manche Hausmittel gar nicht wirken können. Sie lesen, wie Sie auf unkomplizierte Weise in wenigen Behandlungssitzungen Ihren Krampfadern und Besenreisern Lebewohl sagen können. Der Spezialist nimmt dabei kein Blatt vor den Mund und deckt leicht verständlich und fundiert die Mythen rund um das Thema Krampfadern auf. Er zeigt alternative Wege, die wirklich helfen, ohne den Körper mit unnötigen Maßnahmen zu belasten. Wenn auch Sie sich jeden Sommer danach sehnen, wieder Bein zeigen zu können, dann sollten Sie dieses durchgehend farbig bebilderte Buch von vorne bis hinten durchlesen – es werden Ihnen dabei viele Lichter aufgehen, garantiert!



**Ute Freihart: Des konnst deim Bou veazöhl'n – Oberpfälzisch für Anfänger. Buch- und Kunstverlag Oberpfalz, 12,90 EUR, battenberg-gietl.de**

„De balln a so, de Oberpfälzer!“ (zu deutsch: „Die bellen so, die Oberpfälzer!“). Dieser Ruf eilt dem Klang des oberpfälzer Idioms weit voraus. Die Kommunikation in diesem Teil Bayerns ist für Außenstehende tatsächlich nicht immer ganz leicht (manchmal unmöglich). Aber kein Problem – hier naht Abhilfe! Von Grammatik über Aussprache bis hin zu besonderen Redewendungen erklärt dieses Büchlein den herrlich wundersamen Dialekt, veranschaulicht durch lustige Illustrationen. Für alle Oberpfälzer ein Leseschmankerl, für alle „Zugroasten“ die Rettung. Des homs fei wirkli schöi gmacht, des Bouch!