

23. Oktober 2015

<http://www.liesmalwieder.de/buchtipp.php?id=132324&r=2&b=419>

Das grosse Buch vom Salz



Autor: Helene Skoric

Verlag: [Ennsthaler »](#)

Preis: 21,90 €

ISBN: 3850689522

Erschienen: 14.10.2015

Salz ist Leben! Bereits vor Jahrtausenden wussten die Menschen um dessen Notwendigkeit. Das Buch schildert die Entstehung des Salzes und die verschiedenen Arten der Salzgewinnung. Es folgt eine Reise durch die Weltgeschichte, die aufzeigt, wo und wie Salz ganze Regionen belebte.

Dem Einsatz von Salz in der Medizin – von der Antike bis zur Neuzeit – wird Raum gewidmet. Seit einigen Jahren sind Heilanwendungen mit Salz wieder im Kommen.

Die Autorin listet häufige sowie seltene Salzarten auf, darunter Steinsalz, Meersalz, Natursalz, Himalaya-Salz, das Blaue oder Persische Salz, Glaubersalz und Wüstensalz und beschreibt ausführlich die Inhaltsstoffe und Verwendung von Salz, unser Speisesalz, nicht ohne kritischen Blick auf das "veränderte Mineral".

Einen Schwerpunkt des Buchs bildet die Geschichte des Salzes in Österreich und weltweit. In Hallstatt (Salzkammergut) befindet sich das älteste Salzbergwerk der Erde. Auch Salz in Brauchtum, Mythologie und im christlichen Glauben wird thematisiert, Salzheilige und Salzpatrone sind angeführt.

Abgerundet wird der reich bebilderte Band mit salzigen Empfehlungen für das persönliche Wohlbefinden. Nicht zuletzt rät die Autorin, Freunden Salz zu schenken, um damit die Wertigkeit der Person zu untermauern.

Die Autorin:

Geboren 1957 in Oberwart im Burgenland, arbeitete sie nach der Matura an der Höheren Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Frauenberufe administrativ im Hotel- und Gesundheitsbereich. 1986 Heirat und Geburt eines Sohnes. Ab September 1989 Mitarbeit bei der Umweltschutzorganisation 'Bruder Baum', unter anderem Organisation von Gesundheits- und Umweltprojekten. 1996 Gründung des Vereins Symbiose (www.symbiose.at), eines Gesundheitsnetzwerks mit vielen Anbietern und Veranstaltungen, dessen engagierte Obfrau sie nach wie vor ist. Seit 1985 lebt sie in Mödling. Zu ihren Hobbys zählen kreative Tätigkeiten und Sport.