

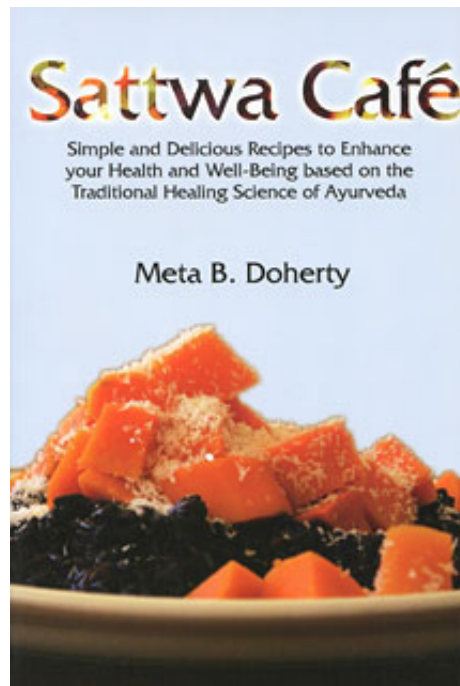
# Meta B. Doherty Sattwa Cafe

Leseprobe

[Sattwa Cafe](#)

von [Meta B. Doherty](#)

Herausgeber: Lotus Press



<http://www.narayana-verlag.de/b13268>

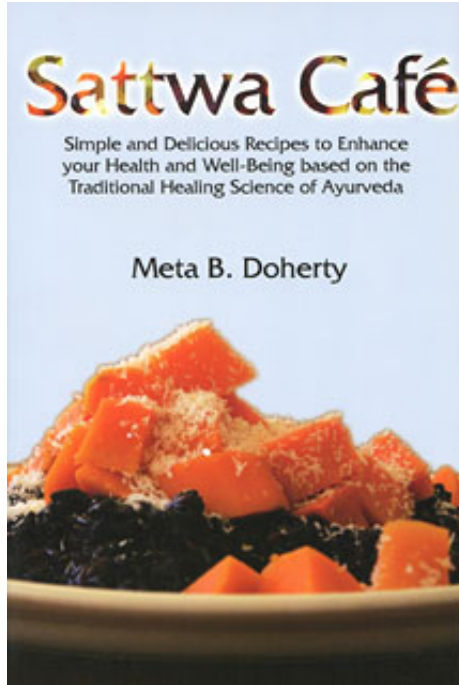
Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



# CONTENTS

Dedication.....	iv
Introduction by Dr. Sunil Joshi .....	v
Foreword by Dr. Rajen Cooppan .....	vi
Welcome to the Sattwa Cafe .....	1
Knowledge Helps Action .....	4
How to Customize These Recipes .....	7
The Signatures of Imbalance.....	10
To Cleanse Your Palate .....	15
Fire and Ice .....	16
Appraising Recipes .....	23
Bakery, Savory .....	25
Bakery, Sweet .....	37
Beverage .....	51
Dairy .....	63
Dessert .....	73
Fruit .....	77
Nuts and Seeds .....	105
Soup .....	123
Staples.....	155
Vegetables .....	231
Reading and Reference .....	289
Appendices .....	293
Recipe Index .....	321
Regards .....	331



Meta B. Doherty  
[Sattwa Cafe](#)

Simple and Delicious Recipes to  
Enhance Your Health and Well-Being  
Based on the Traditional Healing Science  
of Ayurveda

344 Seiten, paperback  
erschienen 2006



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise  
[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)