

Editorial	03
Die Inhaltsstoffe und ihre medizinische Wirkung	04
Die Haselnuss-Kultur	12
Die Hallertauer Haselnuss	18
Freunde: Die Tüftler im Erdinger Moos	28
Freunde: Der Entdecker hinter Dachau	32
Freunde: Bella Italia ganz tief	36
Das Hallertauer Haselnuss-Fest	40
Der Verband Bayerischer Haselnuss-Produzenten	42
Was außen vorgeht – Die Haselnuss ganz global	48
Eine Begleiterin seit Jahrtausenden	52
Die Haselnuss in der Küche	56
Rezepte	60
Adressen und Bezugsquellen	92