

7 Liebe Leserinnen und Leser

8 Was Sie über Nierenerkrankungen wissen sollten

9 Wie sich die Niereninsuffizienz bemerkbar macht

10 Die Rolle des Diabetes

14 Richtig essen bei Niereninsuffizienz

14 Essen und dabei die Niere unterstützen

15 Eiweiß – nicht zu viel, nicht zu wenig

19 Wie viel soll ich trinken?

21 Natrium/Kochsalz: weniger ist mehr

23 Zu viel Phosphor macht die Knochen weich

26 Kalium: wichtig fürs Herz

28 Fett ist nicht gleich Fett

34 Ernährungsfahrpläne

43 Rezepte – reichhaltig kochen

46 Frühstücksideen

58 Kalte und warme Kleinigkeiten

80 Warme Hauptgerichte

104 Beilagen

116 Desserts und Süßspeisen

126 Kuchen, Gebäck und Brot

138 Für Gäste

140 Rezept- und Zutatenverzeichnis

142 Stichwortverzeichnis

143 Impressum