

Ingeborg Rahel Burger-Günter

Ingeborg Burger-Günter leitet seit 40 Jahren praxisbetonte Ernährungsseminare. Dabei hat sie Tausende für eine naturbelassene Vitalkost motiviert und ihnen praktische Hilfe zur Umsetzung im Alltag mit auf den Weg gegeben.

Sie ist Kochbuch-Autorin, Rezept-Bloggerin, Gourmet-Rohkost-Chef, ausgebildete Gesundheitsberaterin und Gedächtnistrainerin (beides DVG) und ärztlich geprüfte Fastenleiterin (SCN). Sie hat sich in renommierten Fasten- und Gesundheitskliniken mit den Schwerpunkten gesunde Ernährung und ganzheitliche Gesundheit weitergebildet. Sie ist verheiratet und Mutter von vier Kindern.

Ihre grosse Stärke sind Rezepte mit Anleitungen, die gelingen, gut schmecken und Freude bereiten. Sie liebt es, mit wenigen Zutaten kreative Rezepte zu kreieren und Menschen in der Küche mit ihrem grossen Knowhow anzuleiten.

Sie weilte in der französischsprachigen Schweiz, in Italien und in den USA für Sprachaufenthalte und hat Kurzzeiteinsätze in Kamerun und Rumänien gemacht.

