

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Kräuter-Übersichtstabelle	11

Frühling

Huflattich	14	Gundelrebe	36
Brunnenkresse	15	Kräuter-Sirupe	37
Leberblümchen	16	Veilchen	38
Scharbockskraut	17	Liebstockel oder Maggikraut ..	39
Lungenkraut	18	Weißdorn	40
Bärlauch	19	Waldmeister	41
Schlüsselblume	21	Rotklee	42
Löwenzahn	22	Birke	43
Vogelmiere	24	Spitzwegerich	44
Sauerampfer	25	Gelbe und Weiße Taubnessel ..	46
Ihr Garten wird zur Apotheke	26	Zinnkraut	47
Junge Kräuter	27	Schafgarbe	48
Frischpresssaft	28	Salbei	49
Fasten mit Heilwirkung	29	Erdbeerblätter	50
Erdholler	30	Storchenschnabel	51
Der Glaube kann Berge versetzen	31	Ehrenpreis	52
Gründonnerstagssuppe	32	Hirtentäschel	53
Weidenrinde	33	Frauenmantel	54
Brennnessel	34	Zitronenmelisse	55
Gänseblümchen	35	Gänsefingerkraut	56
		Franzosen- oder Knopfkraut ..	57

Sommer

Dost	58
Linde	59
Pfefferminze	60
Nuss	61
Ein Bild aus Blütenblättern ...	63
Ringelblume	64
Kräuterbutter	65
Kamille	66
Augentrost	67
Feldthymian oder Quendel	68
Johanniskraut	69
Johanniskrautöl	70
Hauhechel	71
Kapuzinerkresse	72
Labkraut	73
Malve oder Käsepappel	74
Tausendgüldenkraut	75
Brennnesselsamen	76
Hauswurz	77
Königskerze	78
Baldrian	79
Odermennig	80
Weidenröschen	81

Maisbart	82
Lavendel	83
Kräuterduft	84
Wegwarte	85
Goldrute	86
Tomatenketchup	87

Herbst

Quecke	88
Chili	89
Beifuß	90
Kräuterbäder	92
Holunderbeeren	93
Hühnerdarm	94
Lebensmittel als Heilpflanzen..	95
Apfel	96
Zwetschke	97
Brombeere	98
Beinwell	99
Kürbis	100
Sanddorn	101
Preiselbeere	102
Hagebutte	103

Wacholder oder Kranawitte ..	105
Topinambur	106
Rote Rüben	107
Goldhirse und Braunhirse ...	108
Grünes Gemüse	110
Kräuter auf der Fensterbank ..	111
Karottensaft	112
Mispel	113
Quitten	114
Hustentee	115
Halsschmerzen	116
Heiserkeit	117
Latschenkieferöl	118
Geschwollene Beine	119
Wadenkrampf	120

Winter

Zwiebel	121
Hühnersuppe	122
Wintersalate	123
Maroni	124
Leinsamen	125
Hafer	126

Kartoffel	128
Bratapfel	129
Selbstmord mit Messer & Gabel	130
Sauerkraut	131
Silvesterkater	132
Linsen	133
Sellerie	134
Schwarzer Rettich	135
Keimlinge	136
Kresse	137
Honig	138
Meerrettich oder Kren	139
Kohl	140
Knoblauch	141
Frauengesundheit	142
Hitzewallung	144
Verzichten Sie auf den Winterschlaf	145
Mistel	146
Wildkräutersalz	147
Über die Autorin	149