

Inhalt

<i>Vorwort</i>	9
<i>Eine kleine Einführung</i>	13
Alkohol	13
Kleine Spirituosen-Kunde	14
Kräuter sammeln, ernten und richtig verarbeiten	15
Das Trocknen der Pflanzen, Kräuter und Wurzeln	17
Das Aufbewahren der Heilkräuter	17
Tipps und Tricks aus der Gesundheitsküche	18
<i>So werden Lebensgeister geweckt</i>	21
Chinarindenwein	23
Engelwurzwein	24
Ginsenggeist	25
Ingwerlikör	26
Pfirsichlikör	27
<i>Das tut dem Kreislauf gut!</i>	29
Knoblauchschnaps	31
Kokosnusslikör	32
Zimtlikör	33
Walnuss schnaps	34
<i>Wenn die Nerven flattern</i>	37
Eierlikör	39
Eisenkrautgeist	40
Lindenblütenwein	41
Melissengeist	42

Rosmarinwein	43
Schafgarbenblütenwein	44
Waldmeisterlikör	45
<i>In Morpheus Armen sicher ruhen</i>	47
Bierlikör	49
Fichten- und Kiefernadelgeist	50
Holunderblütenwein	51
<i>wenn die Nase läuft</i>	53
Bärenfang	55
Erkältungsschnaps	56
Eukalyptuslikör	57
Ingwerwein	58
Kiefernsprossen-Fichtennadel-Geist	59
Lavendelwein	60
Minzelikör	61
Zitronenschnaps	62
<i>Wenn's im Magen grummelt</i>	65
Anisschnaps	67
Apfelschnaps	68
Bärlauchwein	69
Basilikumwein	70
Birnenlikör	71
Bitterholzwein	72
Brombeerschnaps	73
Enziangeist	74
Fenchellikör	75
Flohsamenwein	76
Frauenmantelgeist	77
Heidelbeergeist	78
Kiwischnaps	79
Kümmellikör	80

Löwenzahnwein	81
Mandarinenschnaps	82
<i>Die Gelenke verursachen Probleme?</i>	85
Galgantwurzelwein	87
Gartenbalsamgeist	88
Ilexgeist	89
<i>Damit die „Bächlein“ wieder fließen</i>	91
Birkenblätterwein	93
Brennnesselschnaps	94
Eberwurzgeist	95
Hagebuttenlikör	96
Johanniskrautgeist	97
Liebstöckelwein	98
Traubenschnaps	99
Wacholderlikör	100
<i>Gesunder Lebenssaft</i>	
<i>sorgt für Körperkraft</i>	104
Aquavit	105
Buchenlikör	106
Schlehenlikör	107
Tausengüldenkrautwein	108
<i>Für die schönste Nebensache der Welt</i>	111
Chrysanthemen-Lycii-Geist	113
Cistanchesgeist	114
Rosenschnaps	115
<i>Das kleine Heilkräuter-Lexikon</i>	119
<i>Register</i>	126
<i>Bildnachweise</i>	127