

INHALT

Sammeln von Heilkräutern 6

Die Sammelzeit 7

Trocknen der Heilkräuter 9

Die Zubereitung von
Heilkräutern 11

Tee 11

Tinktur 13

Frischsaft 14

Kräuterbäder 15

Salben 17

Heilkräuter als Gewürze 18

Heilkräuter als Zierpflanzen 26

Heilkräuter von A bis Z 30

Pflanzenverzeichnis (*deutsch*) 125

Pflanzenverzeichnis (*botanisch*) 126