

# Inhalt

---

**Einleitung** 8

**Die Symbole und ihre Bedeutung** 12

## **DIE PFLANZEN**

Gurganyan 16

Afrikanischer Baobab 18

Paradieskörner 20

Flügeltang 22

Erdbirne 24

Große Klette 28

Brotfrucht 30

Papau 32

Strauchmelde 34

Pfirsichpalme 36

Wüstendattel 40

Indischer Spinat 42

Besenradmelde 44

Wachskürbis 46

Palmyrapalme 48

Färberdistel 50

Meerestrauben 52

Silber-Brandschopf 56

Johannisbrotbaum 58

Knorpeltang 60

Kaffeekirsche 62

Kornelkirsche 64

Erdmandel 66

Foniohirse 68

Gemüsefarn 72

Wintergrüne Ölweide 74

Mizu 76

Zierbanane 78

Langer Koriander 80

Bolivianische Fuchsie 82

Roselle 84

Sanddorn 88

Funkie 90

Süßkartoffelblätter 92

Wilder Mangobaum 94

Indischer Butterbaum 96

Acerola 98

Breiapfelbaum 100

Mamoncillo 104

Austernpflanze 106

Murnong 108

Moringa 112

Rote Banane 118

Yangmei 122

Muskatnussbaum 124

Feigenkaktus 126  
Afrikanischer Reis 130  
Saphubaum 134  
Yambohne 136  
Schwarzrohrbambus 140  
Tomatillo 142  
Vallonea-Eiche 144  
Schwarzer Rettich 148  
Bittere Reichardie 150  
Loquat 152  
Europäischer Queller 154  
Marula-Baum 158  
Alte Kartoffelsorten 160  
Tamarinde 162  
Gewöhnlicher Löwenzahn 164  
Prekese 166  
Chinesischer Surenbaum 168  
Wassernuss 174  
Mattenbohne 176  
Bambara-Erdnuss 178  
Fuchsrebe 180  
Gelbhornstrauch 182  
Sanshō 186

Jujube 188  
Gewöhnliches Seegras 190

**ESSEN FÜR EINE WELT IM WANDEL**

Agroforstwirtschaft 26  
Pflanzenzucht und Diversität 38  
Foraging 54  
Die Zukunft von Brot 70  
Klimawandel und Pflanzen 86  
Indigene Ernährungssysteme 102  
Pflanzen im Weltraum 116  
Pflanzenbasierte Ernährung 138  
Überraschende Pflanzenaromen 156  
Essen als Medizin 172

**Glossar** 194  
**Bezugsquellen und Fachhändler** 195  
**Foraging: Wo gibt es was?** 197  
**Biografien** 203  
**Danksagungen** 204  
**Register** 205