

Inhalt

Vorwort	4
Praktische Tipps zum Sammeln, Gärtnern und Zubereiten	8
1 · Acker-Hellerkraut	12
2 · Barbarakraut / Winterkresse	18
3 · Beifuß	22
4 · Weißer Gänsefuß	28
5 · Hirtentäschel	36
6 · Große Klette	42
7 · Knopfkraut	50
8 · Wilde Malve	54
9 · Nachtkerze	60
10 · Rainkohl	66
11 · Gelber Steinklee	72
12 · Wegwarte	78
 Vorräte anlegen	 84
 Literaturhinweise	 88
 Erntekalender	