

# Inhalt

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