

Inhalt

Zum Geleit	7
Die 33 wichtigsten „Wilden“, ihre Portraits und Besonderheiten	9
Im Vorfrühling	11
In Hausnähe und an geschützten Stellen	11
Auf Naturrasen, Wiesen und Wegrändern	20
Auf Äckern, Wiesen und Wegrändern	27
Am Wasser, an Hecken und im Wald	33
Im Frühjahr und Sommer	39
Wichtigste blühende Gehölze	39
Wildgemüsepflanzen	43
Im Sommer	49
Heilkraftige Wildpflanzen des Sommers	49
Weitere verwendbare Wildpflanzen – Kurzbeschreibung	58
Küchenrezepte	65
Wildpflanzen – Hausapotheke	90
Register der botanischen Pflanzennamen	92
Register der deutschen Pflanzennamen	93
Quellenangabe und Literaturhinweise	94
Zu den Autorinnen	95