

**KAPITEL 1****Kräuterverwendung**

Einführung	10	Chinarindenbaum	34	Holunder	62
Arten von Kräutern	12	Ginkgo	36	Mistel	66
Verwendete Teile	14	Gewürznelkenbaum	38	Kokastrauch	70
Wirkstoffe	16	Silber-Weide	40	Java-Teufelspfeffer	73
Frühe Heilkunde	18	Blauer Eukalyptus	42	Kawapfeffer	74
Kräuterzubereitungen	20	<b>GALERIE</b>	46	Goji-Beere	76
Kräuter in der heutigen Medizin	22	Hautpflege		Scharlach-Sumach	78
Kräuter in der Kosmetik	24	Nimbaum	48	<b>GALERIE:</b>	80
Küchenkräuter	26	Teebaum	50	Düfte	
Kräuter in den Küchen der Welt	28	Zitrone	52	Weihrauchbaum	82
Die Symbolkraft der Kräuter	30	Lorbeerbaum	54	Echte Myrrhe	84
		Tamarinde	57	Apotheker-Rose	88
		Granatapfel	58	Rosmarin	92
		<b>GALERIE:</b>	60	Echter Lavendel	94
		Religion und Rituale		Echter Thymian	100

**KAPITEL 3****Stauden**

Chili	106	Trauben-Silberkerze	141	Echter Galgant	168
Kurkuma	112	Milchweiße Pfingstrose	142	Ingwer	170
<b>GALERIE:</b>	116	Tüpfel-Hartheu	144	Kardamom	174
Speisen würzen		<b>GALERIE:</b>	146	Zitronengras	176
Knoblauch	118	Unterstützung für das Nervensystem		Kalmus	178
Safran	122	Hopfen	148	Pfefferminze	180
Feigenkaktus	124	Zitronenmelisse	150	Fenchel	186
Gewöhnlicher Dost	126	Tollkirsche	154	Arznei-Engelwurz	188
Winter-Bohnenkraut	129	Mutterkraut	156	<b>GALERIE:</b>	190
<b>GALERIE:</b>	130	Roter Scheinsonnenhut	158	Gegen Entzündungen	
Hilfreich für das Gehirn		Wermut	160	Echtes Süßholz	192
Echter Salbei	132	Estragon	164	Echtes Mädesüß	195
Indischer Wassernabel	136	<b>GALERIE:</b>	166	Aloe Vera	196
Ginseng	138	Gut für die Verdauung		Große Brennessel	200

**KAPITEL 4****Ein- und zweijährige Blütenpflanzen**

Anis	<b>206</b>	Haschischpflanze	<b>234</b>	Königsfarn
Echter Garten-Kerbel	<b>208</b>	Schwarzes Bilsenkraut	<b>238</b>	Adlerfarn
Kreuzkümmel	<b>210</b>	Roter Fingerhut	<b>240</b>	<b>GALERIE:</b>
<b>GALERIE:</b>	<b>212</b>	Große Klette	<b>242</b>	Für gesunde Atemwege
Unterstützung für Geschlechtsorgane		Echte Kamille	<b>244</b>	Gewöhnlicher
Gewöhnliche Nachtkerze	<b>214</b>	Garten-Ringelblume	<b>248</b>	Frauenhaarfarn
Bockshornklee	<b>216</b>	<b>GALERIE:</b>	<b>252</b>	Hijiki
Dill	<b>218</b>	Traditionen und Gebräuche		Knorpeltang
Petersilie	<b>220</b>	Mariendistel	<b>254</b>	Lappentang
Koriander	<b>222</b>	Kleines Basilikum	<b>256</b>	Chinesischer Raupenpilz
Echter Sellerie	<b>225</b>	Sesam	<b>262</b>	Rotschimmelpilz
<b>GALERIE:</b>	<b>226</b>			Lingzhi
Gifte und Rauschmittel				Glossar
Schlaf-Mohn	<b>228</b>			Register

**KAPITEL 5****Farne, Algen, Pil**

				Königsfarn
				Adlerfarn
				<b>GALERIE:</b>
				Für gesunde Atemwege
				Gewöhnlicher
				Frauenhaarfarn
				Hijiki
				Knorpeltang
				Lappentang
				Chinesischer Raupenpilz
				Rotschimmelpilz
				Lingzhi
				Glossar
				Register
				Dank und Bildnachweis