

Inhalt

Grundlagen

6

DAS KRÄUTERHANDWERK
AKTIVIERT DIE PFLANZENWIRKSTOFFE

16

MESSEN

224

GLOSSAR

8

DIE KRÄUTERWERKSTATT
ALS ORT DER VERWANDLUNG

17

WIE DAS GRUNDKOCHBUCH
VERWENDET WIRD

226

LITERATUR UND QUELLEN

14

WERKZEUGE

18

DIE KRÄUTERHANDWERKE
IM ÜBERBLICK

230

ÜBER DIE AUTORIN
UND DANKSAGUNG

15

MATERIALWISSEN UND
GEBRAUCHSGEGENSTÄNDE

Die Kräuterhandwerke

24

FRISCHPFLANZEN

104

MEDIZINALESSIGE

154

HONIG, ZUCKER UND SIRUP

38

TROCKNEN UND PULVERISIEREN

116

OXYMELE – SAUERHONIGE

178

FERMENTIERTE KRÄUTER UND SPRUDEL

56

WÄSSRIGE AUSZÜGE: KRÄUTERTEE

126

MILCHAUSZÜGE

192

HYDROLATE

78

ALKOHOLISCHE AUSZÜGE

138

KRÄUTERSALZE UND SOLEAUSZÜGE

206

ÖLAUSZÜGE UND KRÄUTERFETTE