

# Inhaltsverzeichnis

Kräuterwürziges Vorwort .....	2
Wissen und Tradition rund um Heilpflanzen & Pflanzensaft .....	4
Von Bio & Öko - Pflanzensaft in Bio-Qualität .....	6
Artischocke - edel bis zum Boden .....	8
Birke - vielseitig interessant .....	10
Bohne - gut verhüllt .....	12
Brennnessel - brennt nicht nur .....	14
Brunnenkresse - würzig scharf .....	16
Eibisch - mehr als nur für Marshmallows .....	18
Gewürznelke - von Küche bis Apotheke .....	20
Granatapfel - innen saftig süß .....	22
Kamille - seit langem bekannt .....	24
Knoblauch - stark und wirksam .....	26
Löwenzahn - nur als Salat zu schade .....	28
Mistel - nicht nur zum Küssen ist sie da .....	30
Preiselbeere - eine echte Beere .....	32
Ringelblume - farbenfrohe Schönheit .....	34
Sanddorn - sauer macht lustig .....	36
Schafgarbe - eine Entdeckung Achilles .....	38
Schwarzer Rettich - seine Schärfe ist seine Stärke .....	40
Sellerie - schon in der Antike beliebt .....	42
Spitzwegerich - bereits von Shakespeare geschätzt .....	44
Thymian - beliebt in Küche und Heilkunde .....	46
Weißdorn - Jungbrunnen fürs Herz .....	48
Wermut - berauschend wirksam .....	50
Zinnkraut - der Schachtelhalm für Niere & Blase .....	52
Glossar .....	54