

# Inhaltsverzeichnis

Kräuterwürziges Vorwort .....	2
Wissen und Tradition rund um Heilpflanzen & Pflanzensäfte .....	4
Von Bio & Öko – Pflanzensäfte 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