

# Was Sie in diesem Buch finden

Einführung	6
Wildpflanzen sammeln – Mode oder mehr?	8
Erklärung der Fachbegriffe	17
Pflanzenporträts	22
Bäume und Sträucher	25
Kräuter – Ackerland, Siedlungen	52
Kräuter – Grasland	75
Kräuter – Feuchtgebiete	96
Kräuter – Wälder, Hecken usw.	102
Rezeptteil	116
Wildpflanzen in der Küche	118
Wildsalate und Vorspeisen	121
Wildkräuter-Suppen	125

Hauptgerichte und Beilagen	127
Nachspeisen	133
Kuchen und Torten mit Wildfrüchten	135
Säfte und Sirup	137
Gelee, Konfitüre, Mus aus Wildfrüchten	140
Haustees und andere Getränke	143
Wildkräuteressig und -öl	147
Würziges und Dekoratives aus Wildpflanzen	148

## Anhang

Sammelkalender	150
Literatur	154
Rezepte in alphabetischer Reihenfolge	154
Stichwortverzeichnis	155
Über die Autorin	159