

# Das steckt im Buch

## Faszination Kräuter

### Im Kräutergarten 7

Die Aussaat 7

Teilung, Stecklinge und Absenker 8

Sämlinge pikieren 10

Die passende Erde 10

Behutsam düngen 11

Jauche, Brühe und Tee 11

Schädlinge bekämpfen 13

### Biologischer Anbau 14

Gute Nachbarn 15

Schlechte Nachbarn 15

## Das kann sich sehen lassen 17

Der klassische Arznei- und  
Kräutergarten 17

Die Kräuterspirale 17

Kräuter auf Balkon und Fensterbank 19

## Kräuter ernten und konservieren 22

Der richtige Zeitpunkt 23

So ernten Sie schonend 23

Kräuter trocknen 24

Fachmännisch aufbewahren 24

Kräuter tiefkühlen 25

## *Rezepte aus der Kräuterküche* <sub>27</sub>

### **Bewährte Haus- und Heimittel** <sub>28</sub>

Tinkturen **28**

Heilöle **29**

Kräuterbäder **30**

Salben **32**

Kräutertees **33**

### **Feines aus der Kräuterküche** <sub>39</sub>

Kräuteressig und Kräuteröl **40**

Liköre **41**

Erlesenes aus Rosen **42**

Essbare Blütendekorationen **43**

## **Düfte und Farben aus Kräutern** <sub>44</sub>

Kräuterkissen **44**

Duftpotpourri und Duftsäckchen **44**

Duftkerzen **46**

Mit Kräutern gegen Motten **47**

Färben mit Pflanzen **47**

## *Kräuter von A bis Z* <sub>50</sub>

### **Service** <sub>120</sub>

Zum Weiterlesen **120**

Bezugsquellen **121**

Nachgeschlagen **122**