

- 6** **Einleitung**
- 10** **Kräutergarten**
Der Zauber des Lebens steckt
im kleinsten Kraut
- 24** **Wildkräutergarten**
Wildkräuter sind ein Geschenk der Natur
- 38** **Gemüsegarten**
Knockig frisch und so gesund
- 52** **Beerergarten**
Kleine Früchtchen mit großem Geschmack
- 66** **Rosengarten**
Blütenzauber - zart, duftend und wunderschön
- 80** **Staudergarten**
Blütenpracht, so bunt wie das Leben
- 94** **Garten der essbaren Blüten**
Köstlich und wohltuend bereichern
sie so manche Speise
- 108** **Duftgarten**
Betörend schmeichelt der Duft unserer
Seele und schenkt ihr Freude
- 122** **Schmetterlingsgarten**
Auf sanften Schwingen tanzen sie von
Blüte zu Blüte und lehren uns Leichtigkeit
- 136** **Zengarten**
Das Sein liegt in unserer Mitte,
die wir in der Ruhe finden
- 150** **Ihr persönlicher Garten**
- 166** **Basisrezepte**
- 172** **Bildnachweis**
- 174** **Danksagung**
- 176** **Impressum**