

Inhalt

9 Kräuter früher und heute

- 10 Ausflug in die Geschichte der Gartenkultur – das Kräuterwissen der Antike
- 14 Die Klostergärten des Mittelalters – reich an Heilkräutern
- 16 Die heilige Hildegard von Bingen – Visionärin und Heilkundige
- 18 Der Weg in die neue Zeit – die Zeitalter der Renaissance und des Barocks
- 20 Botanische Gärten – Orte der Lehre und Forschung
- 22 Apotheker- und Pfarrgärten – fast vergessene Nutzgärten
- 24 Der Bauerngarten – Sinnbild für ländliche Romantik

27 Kräutergärten gestalten

- 28 Der formale Garten – für Liebhaber der strengen Ordnung
- 30 Der Küchengarten – er darf nirgends fehlen
- 32 Der Duftgarten – Wellness für die Seele
- 34 Kräuter und Blumen – farbenprächtige Vielfalt im Ziergarten
- 36 Trockenmauer oder Steingarten – ideal für sonnenhungrige Kräuter
- 38 Hochbeet, Kräuterspirale oder Topfgarten – Platz für Kräuter ist überall

43 Kräutergarten-Praxis

- 44 Standort und Boden – wichtigste Voraussetzungen für gesunde Kräuter
- 46 Zäune und Wege – die Visitenkarte des Gartens
- 48 Selbst gebaut – Hochbeete, Trockenmauern und Kräuterspiralen
- 50 Pflanzeneinkauf – Spitzenqualität ist gefragt
- 52 Kräuter pflanzen – als Hecke, Beet oder im Topf
- 58 Mischkultur und Fruchtfolge – Pflanzen geschickt kombinieren
- 60 Die Pflanzenvermehrung – von Aussaat bis Wurzelteilung
- 64 Auf die richtige Pflege kommt es an – gießen, düngen, überwintern
- 68 Gesunde Kräuter – Vorbeugung und Bekämpfung von Krankheiten und Schädlingen
- 72 Die Kräuternernte – der Lohn für gute Pflege

75 Kräuter verwenden

- 76 Die Wirkstoffe der Kräuter – auf die Dosis kommt es an
- 78 Kräuter haltbar machen – trocknen oder einlegen
- 82 Kräuterküche – traditionell oder modern
- 86 Heilkräuter – wohltuend und gesund
- 88 Kräuter in der Wohnung – nützlich und dekorativ

93 Pflanzen-Porträts

- 93 Erklärung der Symbole
- 94 Kräuter von A bis Z
- 198 Giftige Kräuter von A bis Z
- 212 Heilkräftige Gehölze von A bis Z

- 230 Auf einen Blick: Kräuter und Gewürze für die Küche · Heilkräuter · Exotische Kräuter
Teekräuter · Kräuter für sonnige Bete · Kräuter für schattige Beete
- 238 Nützliche Adressen
- 244 Register