

Das steckt im Buch

Natürlich gesund – Basiswissen Wildpflanzen 4

Medizin selber machen, geht das denn? Ja. Viele heimische, wild wachsende Pflanzen haben Heilkräfte, denen wir seit langer Zeit vertrauen. Am Wegrand, auf der Wiese und im Wald finden Sie Hilfe, mit der sich die Hausapotheke füllen lässt.

Wildpflanzen von Frühling bis Winter 10

Für alles ist ein Kraut gewachsen. Welches genau, erfahren Sie hier: Wiesenpflaster, Beifuß im Schuh, Lindenblütenteel oder Veilchenblütenhonig klingen nicht nur nett, sondern helfen auch noch – gegen Mückenstiche, müde Beine, Erkältungen, Husten ...

FRÜHLING

- Bärlauch 12
- Duftveilchen 16
- Birke 20
- Huflattich 24
- Vogelmiere 28
- Löwenzahn 32
- Spitzwegerich 36
- Gänseblümchen 40
- Hirtentäschel 44
- Weide 48
- Fichte 52
- Gundermann 56
- Weißendorn 60
- Frauenmantel 64
- Weiße Taubnessel 68

SÖM MER

- Schwarzer Holunder 72
- Wilde Malve 76
- Echte Kamille 80
- Linde 84
- Echtes Johanniskraut 88
- Mädesüß 92
- Gewöhnlicher Beifuß 96
- Gänsefingerkraut 100
- Rotklee 104

H E R B S T

- Schafgarbe 108
- Weidenröschen 112
- Königskerze 116
- Baldrian 120
- Brennnessel 124
- Beinwell 128

W I N T E R

- Eiche 132
- Pappel 136

-
- Service* 140
 - Rezepte schnell finden 142
 - Linktipps 143
 - Zum Weiterlesen 144